POLAR WEBSYNC PARA USUARIOS DE POLARPERSONALTRAINER.COM

Puedes transferir datos entre tu training computer y el servicio de web polarpersonaltrainer.com con el software Polar WebSync 2.x y la unidad de transferencia de datos Polar DataLink, una unidad de transferencia de datos Polar FlowLink o un cable USB.

Descarga gratuitamente Polar WebSync 2.x desde **APLICACIONES** / **DESCARGAS** en polarpersonaltrainer.com. Haz clic en **PC MS Windows (XP/Vista/7)** y el asistente te guiará a través del proceso de instalación.

No puedes tener WebSync 1.x.x y WebSync 2.x instalados en el mismo ordenador.

Para poder transferir datos, también necesitarás una unidad de transferencia de datos Polar DataLink o Polar FlowLink. Utiliza Polar DataLink con el training computer RCX3, el training computer RCX5 y el cycling computer Polar CS500, y Polar FlowLink con el activity computer Polar FA20 y los training computers Polar FT7, FT40, FT60, FT80 y RS300X. Utiliza un cable USB con el training computer Polar RC3 GPS.

Si la unidad de transferencia de datos no se incluye en la caja del producto, puedes comprarla por separado como accesorio.

TRANSFERENCIA DE DATOS CON POLAR WEBSYNC Y DATALINK

Utiliza WebSync y la unidad de transferencia de datos DataLink con el **training computer Polar RCX3**, el **training computer Polar RCX5** y el **cycling computer Polar CS500**.

SINCRONIZANDO POR PRIMERA VEZ

Para evitar interferencias durante la transferencia de datos, no lleves puesto el transmisor WearLink® W.I.N.D. Asegúrate también de apagar las conexiones activas de Bluetooth y WiFi.

1. Comprueba que el icono de WebSync se muestre en la barra de herramientas de tu ordenador. En caso de no mostrarse el icono, ejecuta WebSync desde el icono que hay en el escritorio de tu ordenador.

   El icono de WebSync aparecerá en rojo si WebSync no ha detectado ningún training computer.

   El icono se vuelve verde una vez WebSync detecta uno o varios training computers.

2. Haz doble clic en el icono de WebSync en la barra de herramientas.
3. Aparece la ventana **Bienvenida**. Selecciona **Sincronizar** si quieres transferir los datos de entrenamiento.

   Selecciona **Training computer** si quieres conectarte a tu training computer y modificar la configuración o exportar archivos de entrenamiento. Encontrarás más información en Training computer.

Polar WebSync
Bienvenido a Polar WebSync
Polar WebSync permite transferir datos entre el servicio web test.polarpersonaltrainer.com y tu training computer Polar.
polarpersonaltrainer.com
Sincronizar
Training computer
El diálogo del training computer sólo está disponible con determinados training computers.
POLAR
Cancelar

   También puedes iniciar la sincronización haciendo clic con el botón derecho en el icono de WebSync en la barra de herramientas y seleccionando **Sincronizar**.

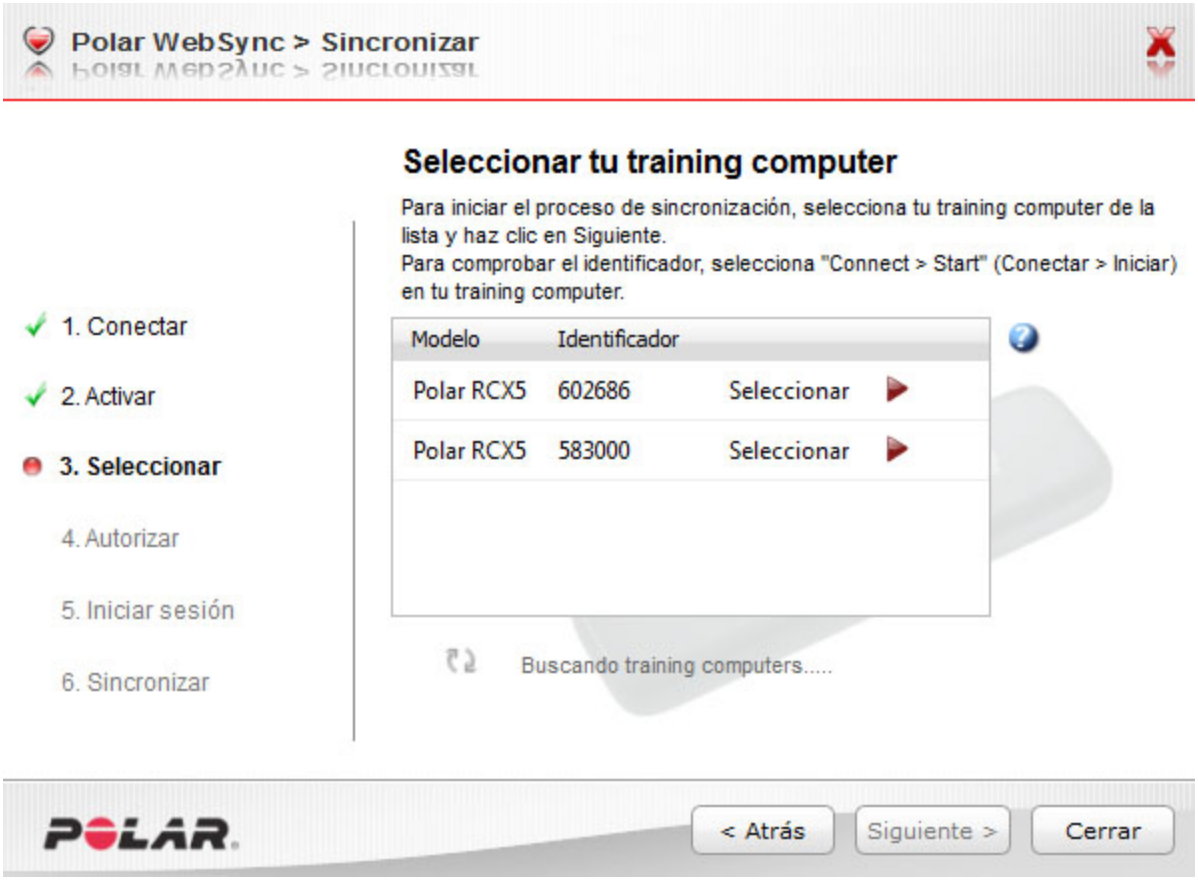
4. Conecta la unidad de transferencia de datos (DataLink) al puerto USB de tu ordenador.

5. **RCX3 y RCX5:** Activa tu training computer si está en modo de ahorro de energía, pulsando cualquier botón. Selecciona **Conectar** => **Iniciar sincronización** desde tu training computer.
   CS500: Activa tu training computer si está en modo de ahorro de energía, manteniendo pulsado cualquier botón.

6. Transcurridos unos segundos, aparece la ventana **Seleccionar tu training computer** con una lista de los training computers encontrados. En la lista se indica el modelo y el número de identificación de los training computers encontrados. Si tu training computer no aparece en la lista, asegúrate de que está activado (consulta el paso 5).

   Selecciona tu training computer y haz clic en **Siguiente** o haz doble clic sobre tu training computer, en la misma lista.

   En caso necesario, comprueba el número de identificación de tu CS500 desplazándote a **CONNECT** (CONECTAR) y pulsando dos veces **START** (INICIAR) (botón rojo). El número de identificación del RCX3 y del RCX5 aparece en el training computer cuando se selecciona **Conectar** => **Iniciar sincronización** y el training computer se conecta a WebSync.


Polar WebSync > Sincronizar
Seleccionar tu training computer
Para iniciar el proceso de sincronización, selecciona tu training computer de la lista y haz clic en Siguiente.
Para comprobar el identificador, selecciona "Connect > Start" (Conectar > Iniciar) en tu training computer.
1. Conectar
2. Activar
3. Seleccionar
4. Autorizar
5. Iniciar sesión
6. Sincronizar
Modelo
Identificador
Polar RCX5 602686 Seleccionar
Polar RCX5 583000 Seleccionar
Buscando training computers.....
POLAR.
< Atrás
Siguiente >
Cerrar

7. Aparece la ventana **Autorizando WebSync**.

   Aparece el mensaje **Aceptar la conexión "número" en el training computer "número"**.

   Acepta la conexión pulsando **Aceptar** o seleccionando **SÍ** en tu training computer. Se iniciará el proceso de vinculación de tu training computer con WebSync.

   Si se produce un error durante este proceso, aparece el mensaje **WebSync no se ha podido vincular con el training computer "número". Inténtalo de nuevo**. Cierra el mensaje haciendo clic en **Aceptar**.
   - Restablece la conexión de tu training computer de la siguiente forma:
   RCX3 y RCX5: Pulsa **ATRÁS**. Pulsa **Start synchronizing** (Iniciar sincronización).
   CS500: Pulsa **Start** (Iniciar).
   - Sigue a partir del paso 6.

Pulsa **Atrás** en la ventana **Autorizando WebSync** para volver a la lista de training computers encontrados, por ejemplo si has seleccionado un training computer equivocado.

8. Introduce tu nombre de usuario y tu contraseña de polarpersonaltrainer.com.

   Si seleccionas **Recordar mi cuenta**, WebSync no te pedirá tu información de cuenta la próxima vez que inicies la sincronización o te conectes a tu training computer. La sincronización empieza una vez el training computer se ha detectado y conectado. Esta selección se puede eliminar en la **Configuración del usuario**. Encontrarás más información en Configuración de sincronización de Polar WebSync.

   Marca la casilla para que polarpersonaltrainer.com se abra automáticamente tras la sincronización. Si se produce un error en la sincronización, polarpersonaltrainer.com no se abre.

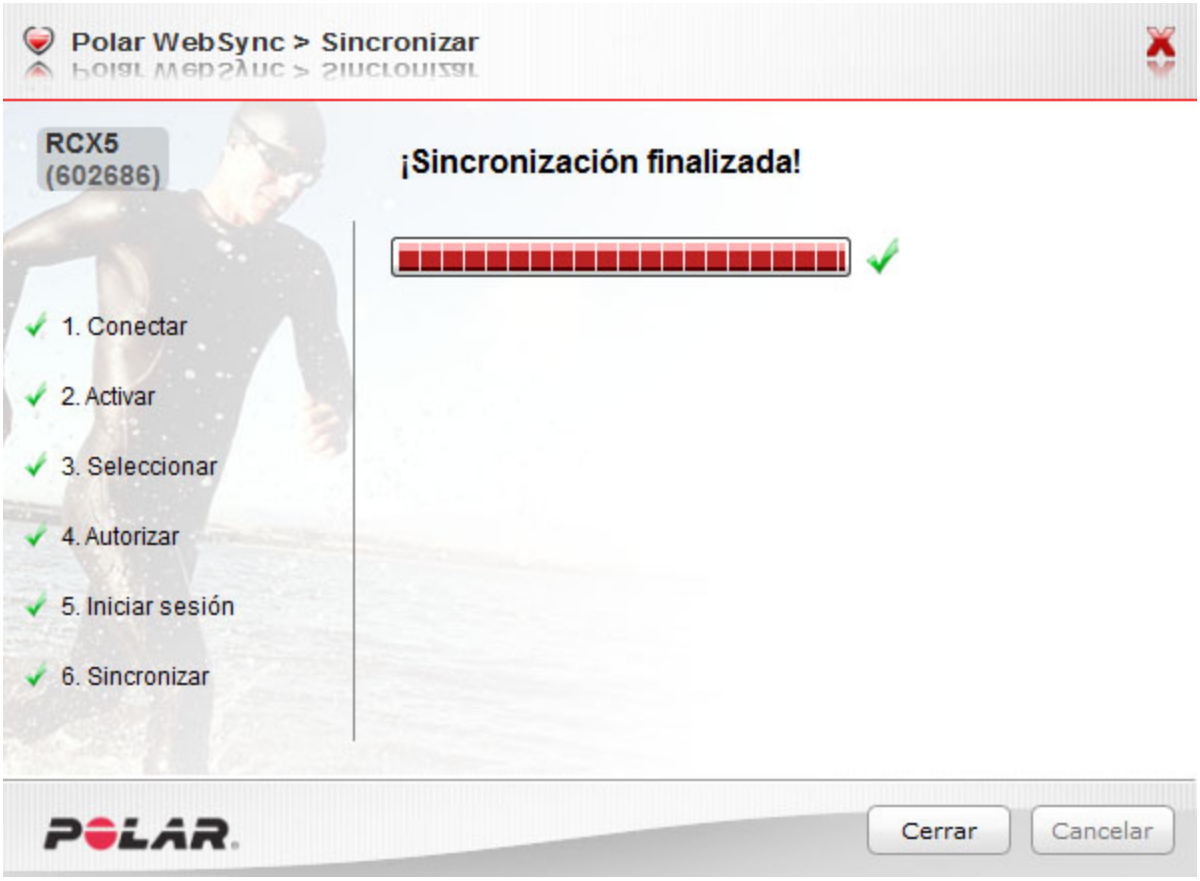
   Si todavía no te has registrado en polarpersonaltrainer.com, haz clic en **Hacer clic aquí para registrarte**.

   Haz clic en **Siguiente**.

   Asegúrate de que tu RCX3 o RCX5 esté en proceso de sincronización o que tu CS500 esté activado antes de hacer clic en **Siguiente**.

9. Empieza la sincronización.

10. El mensaje **¡Sincronización finalizada!** te informa de que la sincronización se ha realizado con éxito.



Si se produce un error en la sincronización, consulta el apartado Resolución de problemas para saber qué hacer.

11. Haz clic en **Cerrar**.

Tu training computer y WebSync se vinculan en la primera sincronización, lo que significa que el identificador de tu training computer queda almacenado en la memoria de WebSync.

SINCRONIZANDO DESPUÉS DE QUE TU TRAINING COMPUTER Y WEBSYNC HAN SIDO VINCULADOS

1. Comprueba que el icono de WebSync se muestre en la barra de herramientas de tu ordenador. En caso de no mostrarse el icono, ejecuta WebSync desde el icono que hay en el escritorio de tu ordenador.
2. Conecta la unidad de transferencia de datos (DataLink) al puerto USB del ordenador y activa tu training computer.
3. **Usuarios de CS500**

   A) Si hay datos nuevos almacenados en tu training computer, o si has cambiado la configuración, la sincronización se inicia automáticamente si has seleccionado **Recordar mi cuenta**.

   B) Si no has seleccionado **Recordar mi cuenta**, inicia la sincronización haciendo clic con el botón

derecho en el icono de WebSync de la barra de herramientas de tu ordenador y seleccionando **Sincronizar** o haciendo doble clic en el icono de WebSync y seleccionando **Sincronizar**.
- Si WebSync sólo encuentra tu training computer, aparece la ventana **Introducir tu nombre de usuario y tu contraseña**. Sigue a partir del paso 8 del apartado Sincronizando por primera vez.
- Si WebSync encuentra varios training computers, aparece la lista de training computers. Haz doble clic para seleccionar tu training computer de la lista. Aparece la ventana **Introducir tu nombre de usuario y tu contraseña**. Sigue a partir del paso 8 del apartado Sincronizando por primera vez.

C) Si el training computer está en modo de ahorro de energía, aparece la ventana **Training computers encontrados**. Activa tu training computer para que aparezca en la lista. Selecciona tu training computer y, a continuación, haz clic en **Siguiente**. Si has seleccionado **Recordar mi cuenta**, la sincronización empieza. Si no has seleccionado **Recordar mi cuenta**, aparece la ventana **Introducir tu nombre de usuario y tu contraseña**. Sigue a partir del paso 8 del apartado Sincronizando por primera vez.

Si la sincronización no empieza automáticamente, iníciala manualmente haciendo doble clic en el icono de WebSync de la barra de herramientas o haciendo clic con el botón derecho en el icono y seleccionando **Sincronizar**.

Para acelerar el inicio de la sincronización, selecciona el modo Conectar desde el training computer.

Usuarios de RCX3 y RCX5

Si tienes nuevos datos o una configuración diferente en tu training computer y

A)
- **AutoSync** del training computer está **Activado**
- **Recordar mi cuenta** está seleccionado en WebSync
=> La sincronización empieza automáticamente.

B)
- **AutoSync** del training computer está **Activado**
- **Recordar mi cuenta** no está seleccionado en WebSync
=> Inicia la sincronización haciendo clic con el botón derecho en el icono de WebSync de la barra de herramientas de tu ordenador y seleccionando **Sincronizar** o bien, haciendo doble clic en el icono de WebSync y seleccionando **Sincronizar**. Selecciona tu training computer en la lista e introduce tu nombre de usuario y contraseña. Empieza la sincronización.

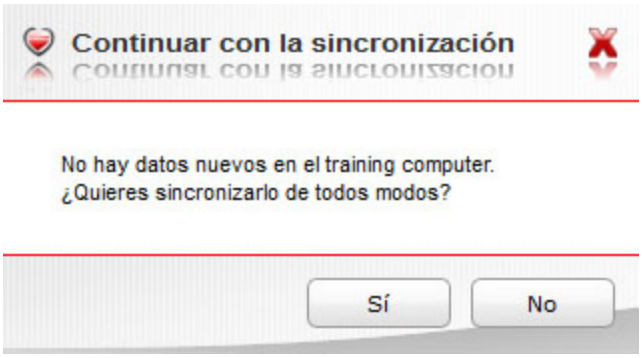
C)
- **AutoSync** del training computer está **Desactivado**
- **Recordar mi cuenta** está seleccionado en WebSync
=> Inicia la sincronización haciendo clic con el botón derecho en el icono de WebSync de la barra de herramientas de tu ordenador y seleccionando **Sincronizar** o bien, haciendo doble clic en el icono de WebSync y seleccionando **Sincronizar**. Activa tu training computer seleccionando **Conectar** => **Iniciar sincronización**. Empieza la sincronización.

D)

- AutoSync del training computer está **Desactivado**
- **Recordar mi cuenta** no está seleccionado en WebSync

=> Inicia la sincronización haciendo clic con el botón derecho en el icono de WebSync de la barra de herramientas de tu ordenador y seleccionando **Sincronizar** o bien, haciendo doble clic en el icono de WebSync y seleccionando **Sincronizar**. Activa tu training computer seleccionando **Conectar** => **Iniciar sincronización**. Selecciona tu training computer en la lista. Introduce tu nombre de usuario y contraseña. Empieza la sincronización.

Si no hay datos nuevos en tu RCX3, RCX5 o CS500, aparece la ventana siguiente. Podrás continuar o cancelar la sincronización.



TRANSFERENCIA DE DATOS CON POLAR WEBSYNC Y FLOWLINK

DATOS SINCRONIZABLES

- Resultados de entrenamiento desde los training computers FT7, FT40, FT60, FT80 y RS300X y resultados de la actividad diaria desde el activity computer FA20 a polarpersonaltrainer.com
- Los datos del usuario (peso, estatura, fecha de nacimiento y sexo) de los training computers FT40, FT60, FT80 y RS300X y del activity computer FA 20 se pueden transmitir a polarpersonaltrainer.com.

  En el caso del FT7, la transferencia de datos del usuario es bidireccional. Los datos más recientes se transfieren desde el training computer o desde polarpersonaltrainer.com.
- Resultados de pruebas desde los training computers FT40, FT60, FT80 y RS300X.
- Objetivos de entrenamiento de fuerza desde polarpersonaltrainer.com al training computer FT80. Los tres siguientes objetivos de entrenamiento de fuerza se transfieren desde la agenda de polarpersonaltrainer.com.
- El estado del programa de entrenamiento STAR se actualiza automáticamente desde los training computers FT60 y FT80 a polarpersonaltrainer.com.

SINCRONIZACIÓN

1. Comprueba que el icono de WebSync se muestre en la barra de herramientas de tu ordenador. Si no se muestra el icono, ejecuta WebSync desde el icono que hay en el escritorio de tu ordenador.

   El icono de WebSync aparecerá en rojo si WebSync no ha detectado ningún training computer.

   El icono se vuelve verde una vez que WebSync detecta uno o varios training computers.

2. Haz doble clic en el icono de WebSync en la barra de herramientas.
3. Aparece la ventana **Bienvenida**. Selecciona **Sincronizar**.

   *La opción **Training computer** sólo está disponible para **RCX3**, **RCX5** y **CS500**.*

Polar WebSync
Bienvenido a Polar WebSync
Polar WebSync permite transferir datos entre el servicio web test.polarpersonaltrainer.com y tu training computer Polar.
polarpersonaltrainer.com
Sincronizar
Training computer
El diálogo del training computer sólo está disponible con determinados training computers.
POLAR
Cancelar

También puedes iniciar la sincronización haciendo clic con el botón derecho en el icono de WebSync y seleccionando Sincronizar.

4. Conecta la unidad de transferencia de datos (FlowLink) al puerto USB de tu ordenador.

5. Coloca el activity/training computer boca abajo sobre el FlowLink. El símbolo ALIGN (ALINEAR) del FlowLink se volverá verde una vez que el training computer esté correctamente alineado.

6. Introduce tu nombre de usuario y tu contraseña de polarpersonaltrainer.com.

   Si seleccionas la opción **Recordar mi cuenta**, la sincronización se iniciará automáticamente la próxima vez, sin preguntarte la información de tu cuenta. La sincronización empieza una vez el training computer se ha detectado y conectado. Esta selección se puede eliminar en la **Configuración del usuario**. Encontrarás más información en Configuración de sincronización de Polar WebSync.

   Marca la casilla para que polarpersonaltrainer.com se abra automáticamente tras la sincronización. Si se produce un error en la sincronización, polarpersonaltrainer.com no se abre.

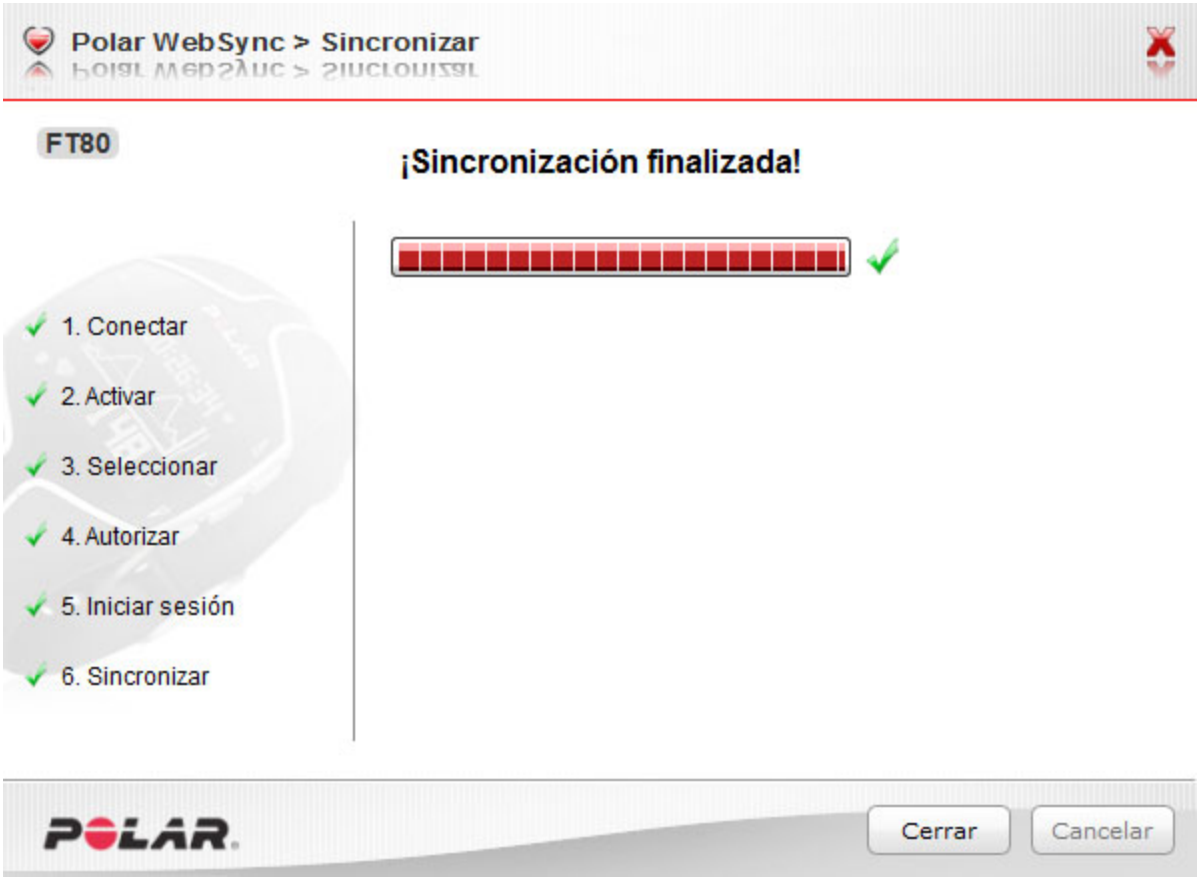
   Si todavía no te has registrado en polarpersonaltrainer.com, haz clic en **Hacer clic aquí para registrarte**.

   Haz clic en **Siguiente**.

7. La sincronización se inicia.

   Es importante no mover el training computer durante la transferencia de datos. El más mínimo movimiento interrumpirá la transferencia de datos.

8. El mensaje **¡Sincronización finalizada!** te informa de que la sincronización se ha realizado con éxito.



Si se produce un error en la sincronización, consulta el apartado Resolución de problemas para saber qué hacer.

9. Haz clic en **Cerrar**.

La próxima vez que transfieras datos, la sincronización se inicia automáticamente si tienes seleccionado **Recordar mi cuenta**. Si la sincronización no empieza automáticamente, iníciala manualmente haciendo doble clic en el icono de WebSync de la barra de herramientas o haciendo clic con el botón derecho en el icono y seleccionando Sincronizar.

TRANSFERENCIA DE DATOS CON POLAR WEBSYNC Y UN CABLE USB

Utiliza WebSync y un cable USB con el **training computer Polar RC3 GPS**.

1. Comprueba que el icono de WebSync se muestre en la barra de herramientas de tu ordenador. En caso de no mostrarse el icono, ejecuta WebSync desde el icono que hay en el escritorio de tu ordenador.

   El icono de WebSync aparecerá en rojo si WebSync no ha detectado ningún training computer.

El icono se vuelve verde una vez WebSync detecta uno o varios training computers.

2. Haz doble clic en el icono de WebSync en la barra de herramientas.
3. Aparece la ventana **Bienvenida**. Selecciona **Sincronizar** si quieres transferir los datos de entrenamiento.

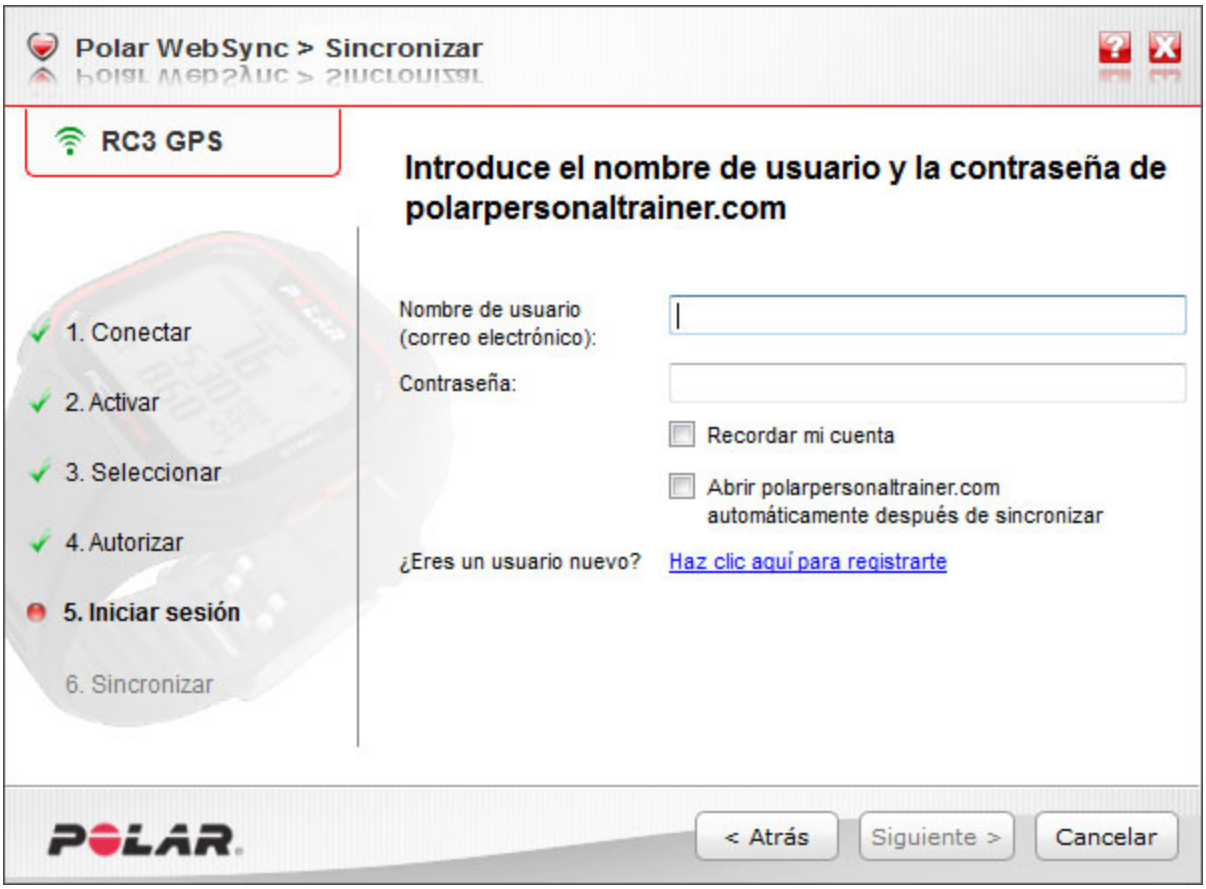
   Selecciona **Training computer** si quieres conectarte a tu training computer y modificar la configuración o exportar archivos de entrenamiento. Encontrarás más información en Training computer.

Polar WebSync
Bienvenido a Polar WebSync
Polar WebSync permite transferir datos entre el servicio web test.polarpersonaltrainer.com y tu training computer Polar.
polarpersonaltrainer.com
Sincronizar
Training computer
El diálogo del training computer sólo está disponible con determinados training computers.
POLAR
Cancelar

También puedes iniciar la sincronización haciendo clic con el botón derecho en el icono de WebSync en la barra de herramientas y seleccionando **Sincronizar**.

4. Conecta el training computer a tu ordenador con un cable USB: Conecta el conector micro USB al puerto USB del training computer. Conecta el conector USB al puerto USB del ordenador.

5. Introduce tu nombre de usuario y tu contraseña de polarpersonaltrainer.com.



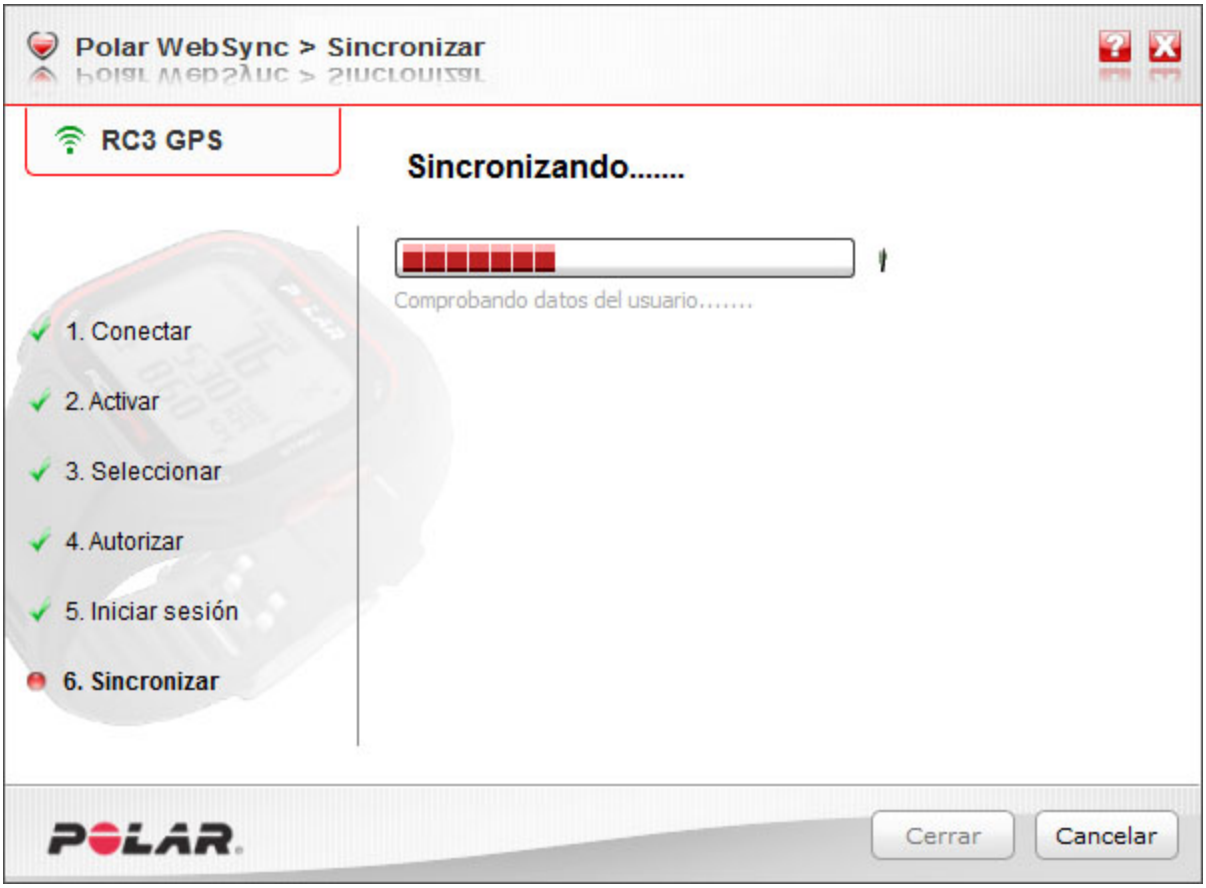
Si seleccionas **Recordar mi cuenta**, WebSync no te pedirá tu información de cuenta la próxima vez que inicies la sincronización o te conectes a tu training computer. La sincronización empieza una vez el training computer se ha detectado y conectado. Esta selección se puede eliminar en la **Configuración del usuario**. Encontrarás más información en Configuración de sincronización de Polar WebSync.

Marca la casilla para que polarpersonaltrainer.com se abra automáticamente tras la sincronización. Si se produce un error en la sincronización, polarpersonaltrainer.com no se abre.

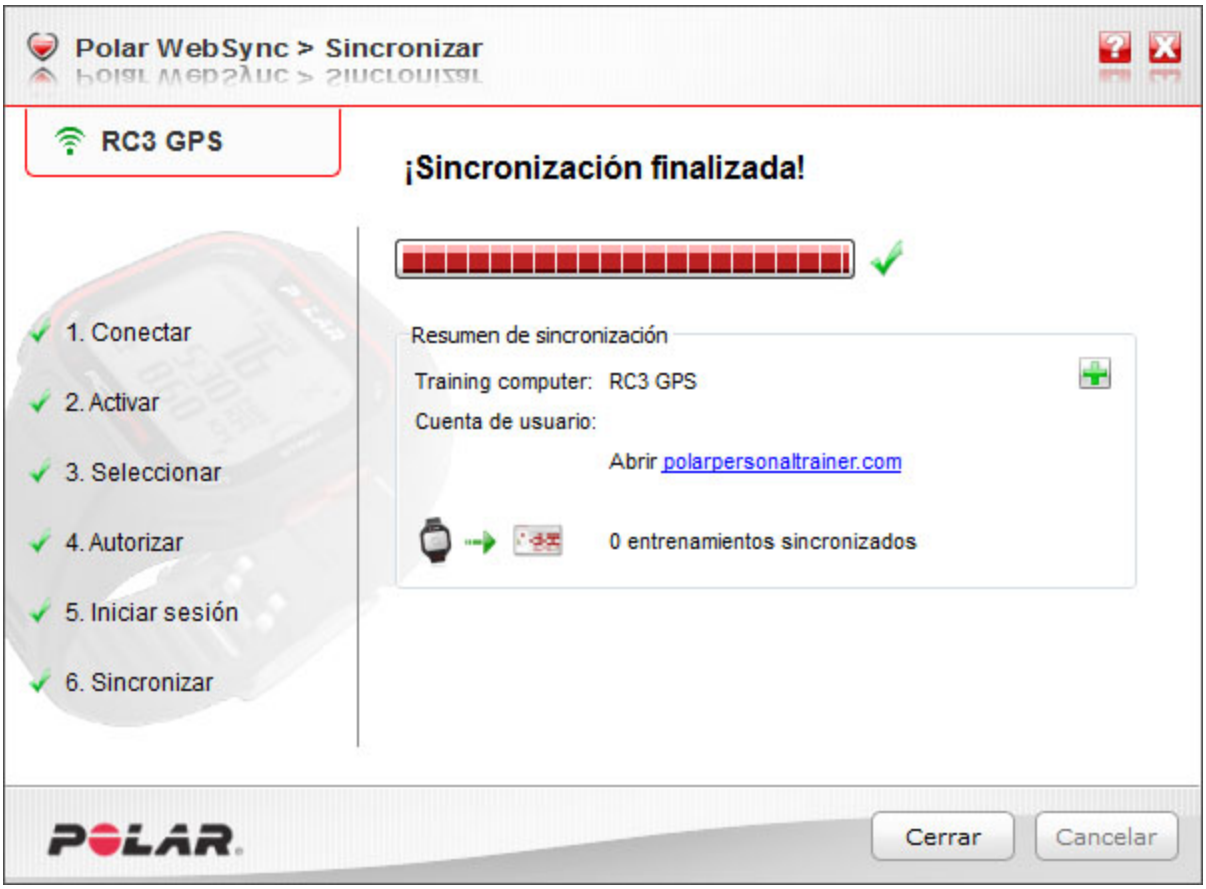
Si todavía no te has registrado en polarpersonaltrainer.com, haz clic en **Hacer clic aquí para registrarte**.

Haz clic en **Siguiente**.

6. Empieza la sincronización.



7. El mensaje **¡Sincronización finalizada!** te informa de que la sincronización se ha realizado con éxito.



Si se produce un error en la sincronización, consulta el apartado Resolución de problemas para saber qué hacer.

8. Haz clic en **Cerrar**.

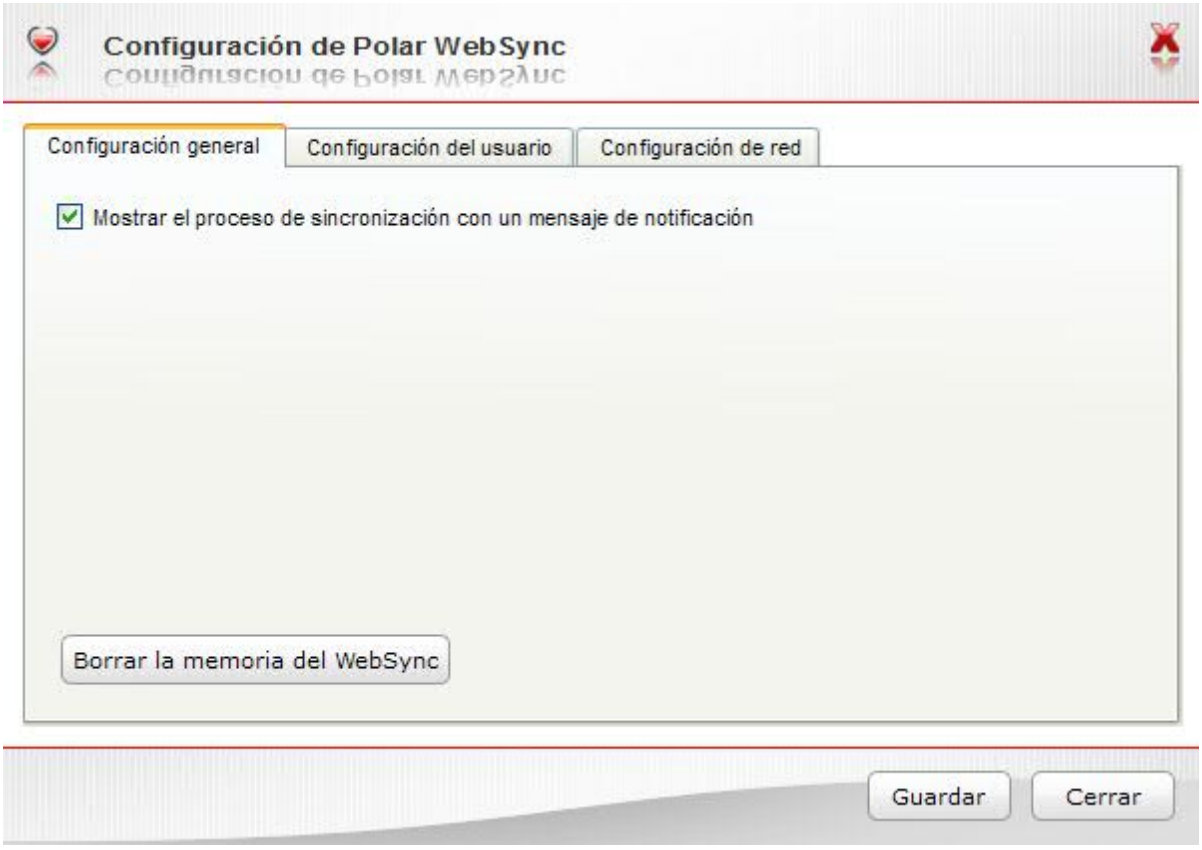
CONFIGURACIÓN DE SINCRONIZACIÓN DE POLAR WEBSYNC

1. Haz clic con el botón derecho en el icono de WebSync de la barra de herramientas de tu ordenador.
2. Selecciona **Configuración de WebSync**.
3. Edita la configuración.
4. Haz clic en **Guardar** y, a continuación, en **Cerrar**.

CONFIGURACIÓN GENERAL

Si se marca la casilla **Mostrar el proceso de sincronización con un mensaje de notificación**, WebSync informa del inicio y de la finalización del proceso de sincronización mediante un mensaje de notificación, que aparece en la esquina inferior derecha de la pantalla del ordenador. Puedes hacer clic en el mensaje de notificación para ver el proceso en una ventana.

Haz clic en **Borrar la memoria del WebSync** para eliminar los training computers vinculados y los datos de inicio de sesión guardados en la memoria de WebSync.



CONFIGURACIÓN DE USUARIO

Para editar la configuración de usuario, activa tu training computer y conéctalo al ordenador por medio de una unidad de transferencia de datos o conéctalo tu RC3 GPS a tu ordenador con un cable USB.

Para los usuarios de RCX3, RCX5 y CS500: Si no has seleccionado que WebSync recuerde tu nombre de usuario y tu contraseña (marcando la casilla **Recordar mi cuenta**), o si WebSync encuentra varios training computers, aparece una lista con todos los training computers encontrados. Selecciona tu training computer y haz clic en **Siguiente** o haz doble clic en tu training computer, en la misma lista. Aparece el mensaje **Aceptar la conexión "número" en el training computer "número"**. El mensaje **Allow PC?** y el número de conexión o el mensaje **Acepta (ID "número") para acoplamiento?** aparecen en la pantalla de tu training computer. Acepta la conexión pulsando **OK** o seleccionando **SÍ** en tu training computer.

Si introduces y guardas tu nombre de usuario y tu contraseña de polarpersonaltrainer.com, la próxima vez que ejecutes WebSync se iniciará el proceso de sincronización sin pedirte la información de tu cuenta. La sincronización empieza una vez el training computer se ha detectado y conectado. Para eliminar la información de tu cuenta de la memoria de WebSync, elimina tu nombre de usuario y tu contraseña y haz clic en **Guardar**.

Marca la casilla para que polarpersonaltrainer.com se abra automáticamente tras la sincronización.

Si todavía no te has registrado en polarpersonaltrainer.com, haz clic en **Hacer clic aquí para registrarte**.

CONFIGURACIÓN DE RED

Conexión directa a internet
Selecciona esta opción si no quieres utilizar ningún proxy.

Detectar automáticamente la configuración de red
Es la opción seleccionada por defecto. Polar WebSync utiliza automáticamente la misma configuración de red que, por ejemplo, tu explorador de Internet.

Configuración manual del proxy
Si Polar WebSync no puede encontrar ningún servidor proxy, solicita la dirección IP del servidor proxy HTTPS a tu administrador y añade la información en los campos correspondientes.

Puedes cambiar la configuración de tu training computer Polar RC3 GPS, de tu training computer Polar RCX3, de tu training computer Polar RCX5 y de tu cycling computer Polar CS500 y exportar tus archivos de entrenamiento con WebSync. La configuración se transfiere a tu RC3 GPS, RCX3, RCX5 o CS500.

CONEXIÓN DE TU TRAINING COMPUTER

1. Comprueba que el icono de WebSync se muestre en la barra de herramientas de tu ordenador. En caso de no mostrarse el icono, ejecuta WebSync desde el icono que hay en el escritorio de tu ordenador.
2. Haz clic con el botón derecho en el icono de WebSync de la barra de herramientas de tu ordenador. Aparece la ventana de bienvenida.

Polar WebSync
Bienvenido a Polar WebSync
Polar WebSync permite transferir datos entre el servicio web test.polarpersonaltrainer.com y tu training computer Polar.
polarpersonaltrainer.com
Sincronizar
Training computer
El diálogo del training computer sólo está disponible con determinados training computers.
POLAR
Cancelar

3. Selecciona **Training computer**.

   También puedes conectar tu training computer haciendo clic con el botón derecho en el icono de WebSync y seleccionando **Training computer**.

4. Conecta la unidad de transferencia de datos (DataLink) al puerto USB de tu ordenador o conecta tu RC3 GPS a tu ordenador con un cable USB.

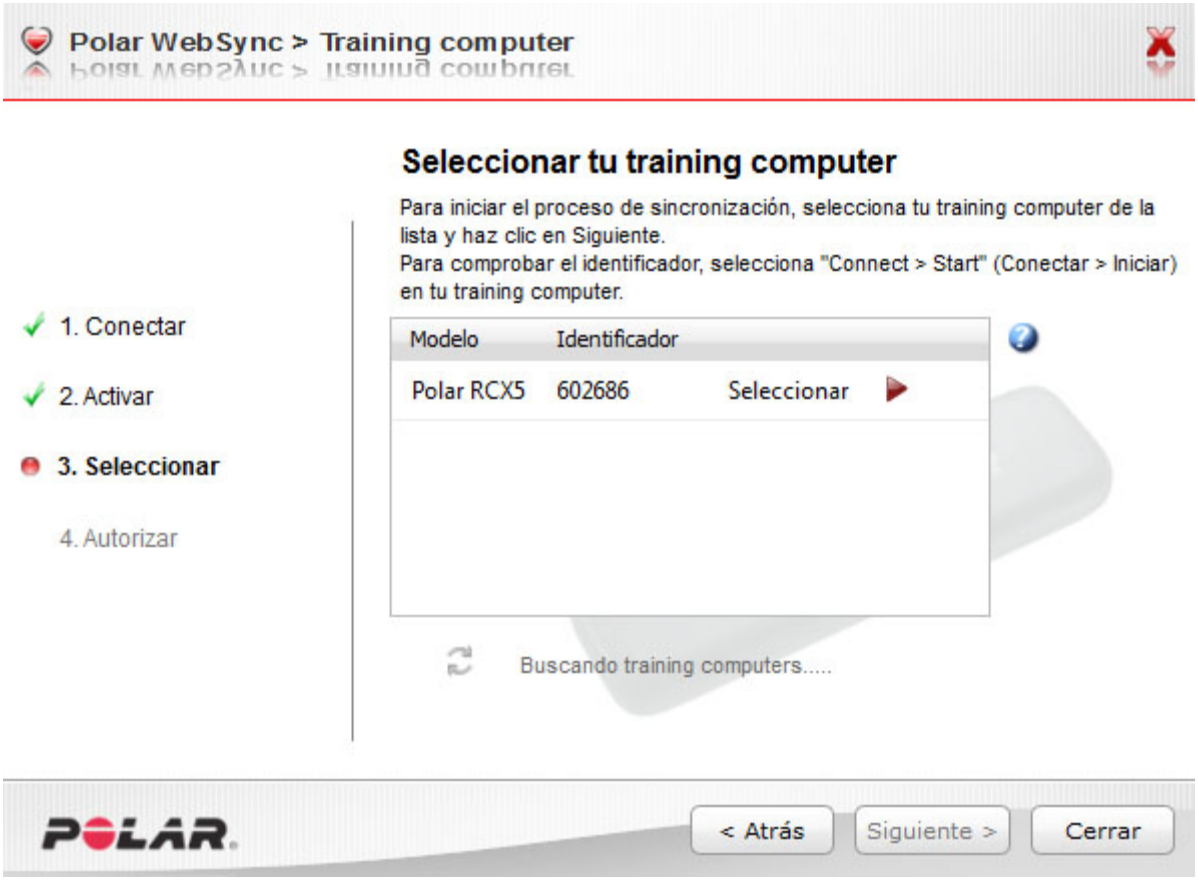
   Si utilizas el training computer Polar RC3 GPS, continúa en el paso 8.

Polar WebSync > Training computer
Conectar la unidad de transferencia de datos
Para iniciar la sincronización, conecta la unidad de transferencia de datos a un puerto USB de tu ordenador.
1. Conectar
2. Activar
3. Seleccionar
4. Autorizar
POLAR
< Atrás
Cancelar

5. RCX3 y RCX5: Para activar tu training computer cuando está en el modo de ahorro de energía, pulsa cualquier botón. Si la función AutoSync (sincronización automática) de tu training computer está desactivada, selecciona **Conectar** => **Iniciar sincronización** desde tu training computer. Para obtener más información acerca de la función AutoSync, consulta el Manual del usuario de tu training computer.
   CS500: Para activar tu training computer cuando está en el modo de ahorro de energía, pulsa y mantén pulsado cualquier botón.

6. Transcurridos unos segundos, aparece la ventana **Seleccionar tu training computer** con una lista de los training computers encontrados. En la lista se indica el modelo y el número de identificación de los training computers encontrados. Si tu training computer no aparece en la lista, asegúrate de que esté activado (consulta el paso 5). Selecciona tu training computer y haz clic en **Siguiente** o haz doble clic en tu training computer, en la misma lista.

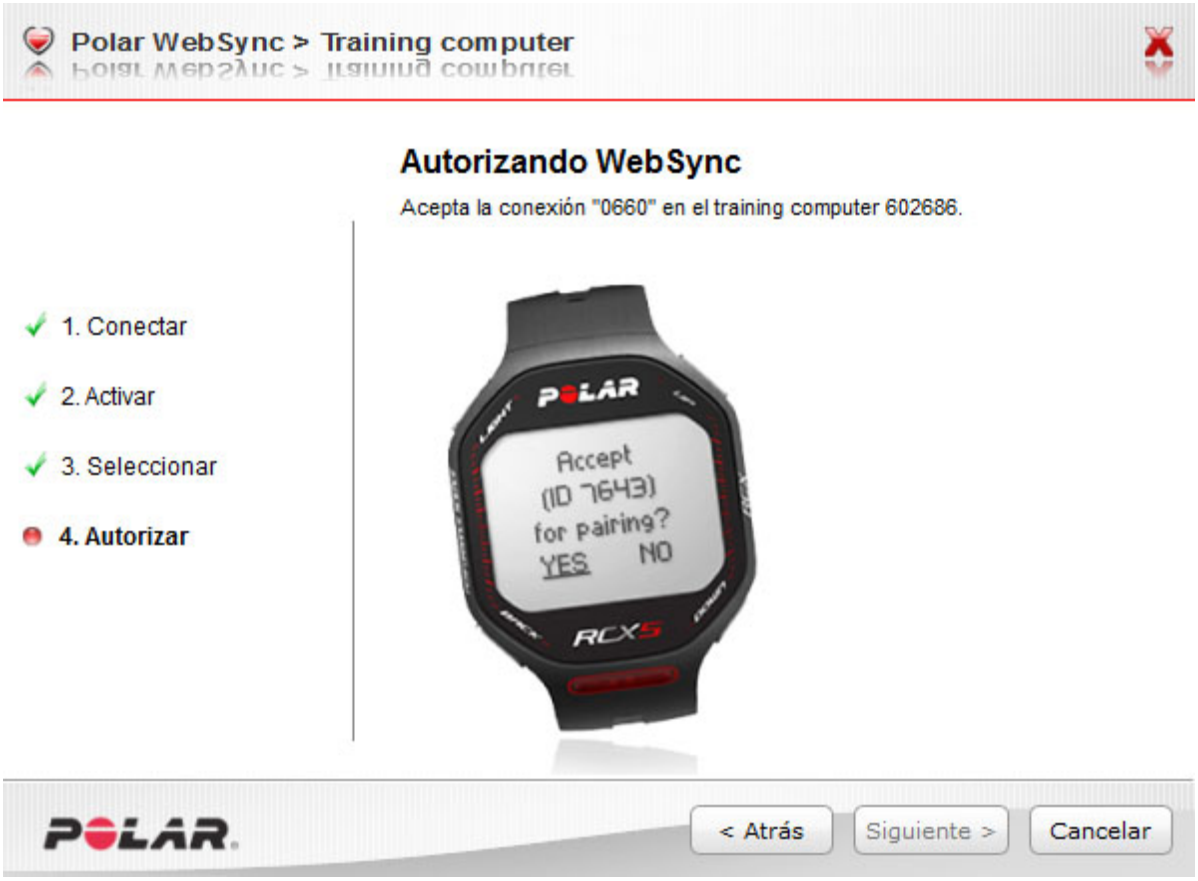
En caso necesario, comprueba el número de identificación de tu CS500 desplazándote a **CONNECT** *(CONECTAR) y pulsando dos veces* ***START*** *(INICIAR) (botón rojo). El número de identificación del RCX3 y del RCX5 aparece en el training computer cuando se selecciona* **Conectar** => **Iniciar sincronización** *y el training computer se conecta a WebSync.*



7. Si no has sincronizado nunca tu training computer con WebSync o si has eliminado las vinculaciones de tu training computer, aparece la ventana **Autorizando WebSync**.

   Aparece el mensaje **Aceptar la conexión "número" en el training computer "número"**.

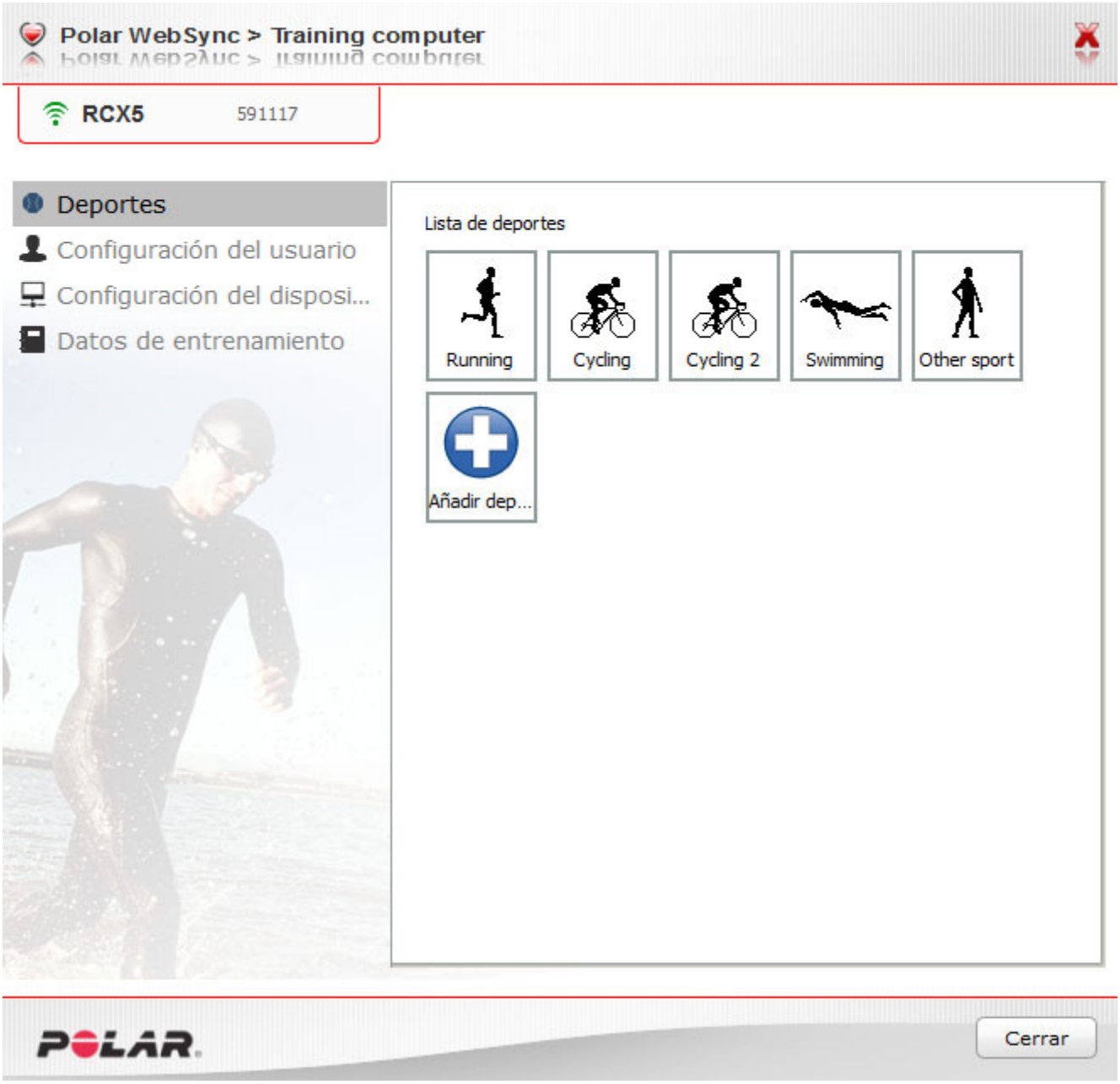
   Acepta la conexión pulsando **Aceptar** o seleccionando **YES** (SÍ) en tu training computer. Se inicia el proceso de vinculación de tu training computer con WebSync.



Si se produce un error durante este proceso, aparece el mensaje **WebSync no se ha podido vincular con el training computer "número". Inténtalo de nuevo**. Cierra el mensaje haciendo clic en **Aceptar**.
- Restablece la conexión de tu training computer de la siguiente forma:
RCX3 y RCX5: Pulsa **ATRÁS**. Selecciona **Iniciar sincronización**.
CS500: Pulsa **Start** (Iniciar).
- Sigue a partir del paso 6.

8. Se abre la ventana **Training computer** y WebSync comienza a transferir los datos de tu training computer a WebSync.

   RC3 GPS, RCX3: Puedes editar tus ajustes de usuario y los ajustes del dispositivo, además de exportar tus datos de entrenamiento.
   RCX5: Puedes editar tus perfiles de deportes, tus ajustes de usuario y los ajustes del dispositivo, además de exportar tus datos de entrenamiento.
   CS500: Puedes editar tus ajustes de usuario, los ajustes del dispositivo y la equipación, además de exportar tus datos de entrenamiento.

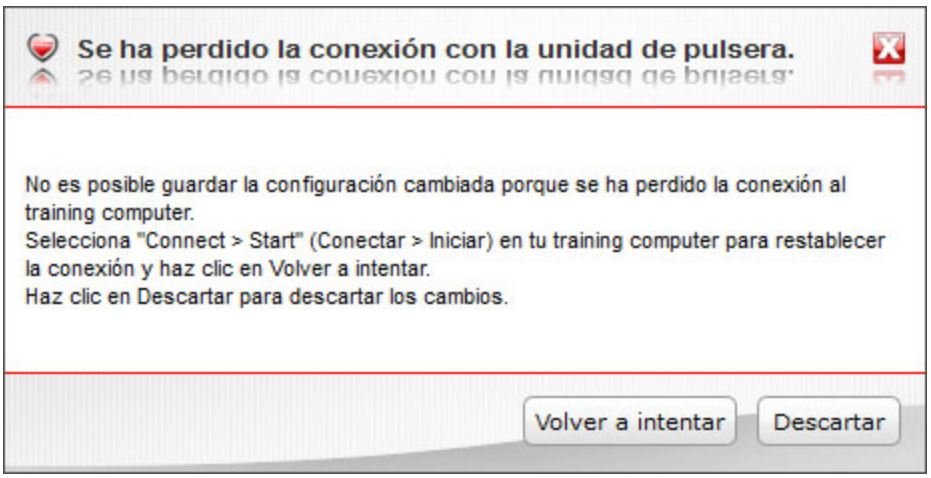


El símbolo que se encuentra junto al modelo de tu training computer está en verde cuando WebSync está conectado a tu training computer . El símbolo cambia a rojo si se pierde la conexión .

9. Tras editar la configuración, haz clic en **Guardar** para transferir la configuración a tu training computer.
10. La configuración se transferirá de tu training computer a polarpersonaltrainer.com en la próxima sincronización. Consulta Transferencia de datos con Polar WebSync y DataLink o Transferencia de datos con Polar WebSync y un cable USB para obtener más información acerca de la sincronización.

Recuerda que la transferencia de la configuración del usuario es bidireccional. Los datos más recientes se transfieren desde el training computer o desde polarpersonaltrainer.com.

Si WebSync pierde la conexión con tu training computer mientras editas la configuración del training computer, todavía puedes seguir editándola. Cuando haces clic en **Guardar**, aparece el siguiente mensaje.

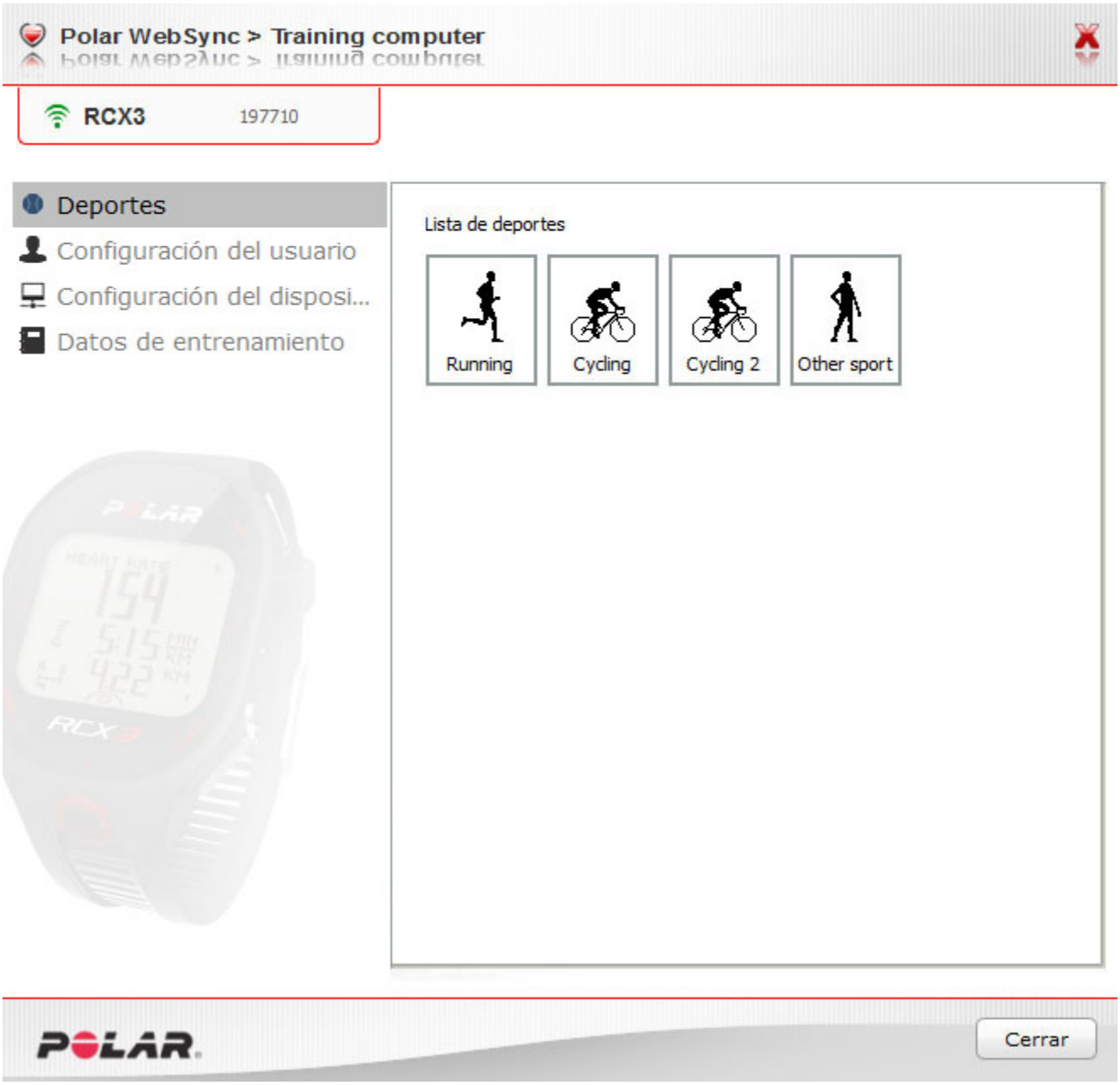

Se ha perdido la conexión con la unidad de pulsera.
No es posible guardar la configuración cambiada porque se ha perdido la conexión al training computer.
Selecciona "Connect > Start" (Conectar > Iniciar) en tu training computer para restablecer la conexión y haz clic en Volver a intentar.
Haz clic en Descartar para descartar los cambios.
Volver a intentar
Descartar

Si quieres guardar los cambios, selecciona **Connect** (Conectar) => **Start** (Iniciar) / **Start synchronizing** (Iniciar sincronización) desde tu training computer y haz clic en **Volver a intentar** para restablecer la conexión.

RC3 GPS Y RCX3

PERFILES DE DEPORTES

Tu lista de perfiles de deportes se muestra en tu RC3 GPS o RCX3. Tu RCX3 tiene cuatro perfiles de deportes: Carrera, Ciclismo, Ciclismo 2 y Otro deporte. Tu RC3 GPS tiene cinco perfiles de deportes: Carrera, Ciclismo, Ciclismo 2, Otro deporte 1 y Otro deporte 2.



Editar un perfil de deporte

Haz clic en un perfil de deporte en la lista de perfiles de deportes.

General

El **Nombre**, el **Tipo** y el icono de los perfiles de deportes no se pueden editar.

Si quieres que el perfil de deportes permanezca oculto en la lista de perfiles de deportes en el modo de preentrenamiento de tu RCX3, marca la casilla **Ocultar modo de preentrenamiento**. Esto puede resultar útil si sólo practicas ese deporte, por ejemplo, en un momento determinado del año.

Sensores

Para activar/desactivar los sensores disponibles, activa/desactiva la casilla situada junto al nombre del sensor. Sólo aparecen enumerados los sensores disponibles para el tipo de deporte. Si algún sensor no se ha vinculado con tu training computer, aparece en gris y no puedes activarlo ni desactivarlo. Para obtener más información acerca de cómo vincular sensores con tu training computer, consulta el Manual del usuario de tu training computer.

Configura el factor de calibración del sensor de zancada. Para obtener más información acerca del factor de calibración, consulta el Manual del usuario de tu training computer.

Sensores del equipación

Si el tipo de deporte es **Ciclismo**, se muestra en la lista del equipo. Selecciona el **Equipación** (bicicleta) para su uso. Puedes editar el nombre de la equipamiento en el campo **Nombre**. El nombre puede contener un máximo de 14 caracteres.

Para activar/desactivar los sensores disponibles para el equipo, activa/desactiva la casilla situada junto al nombre del sensor. Si algún sensor no se ha vinculado con tu training computer, aparece en gris y no puedes activarlo ni desactivarlo. Para obtener más información acerca de cómo vincular sensores, consulta el Manual del usuario de tu training computer.

Si has vinculado un sensor de velocidad con tu training computer, puedes introducir el **Tamaño de la rueda** de tu bicicleta y activar o desactivar la función **Empezar entrenamiento automáticamente** activando o desactivando la casilla.

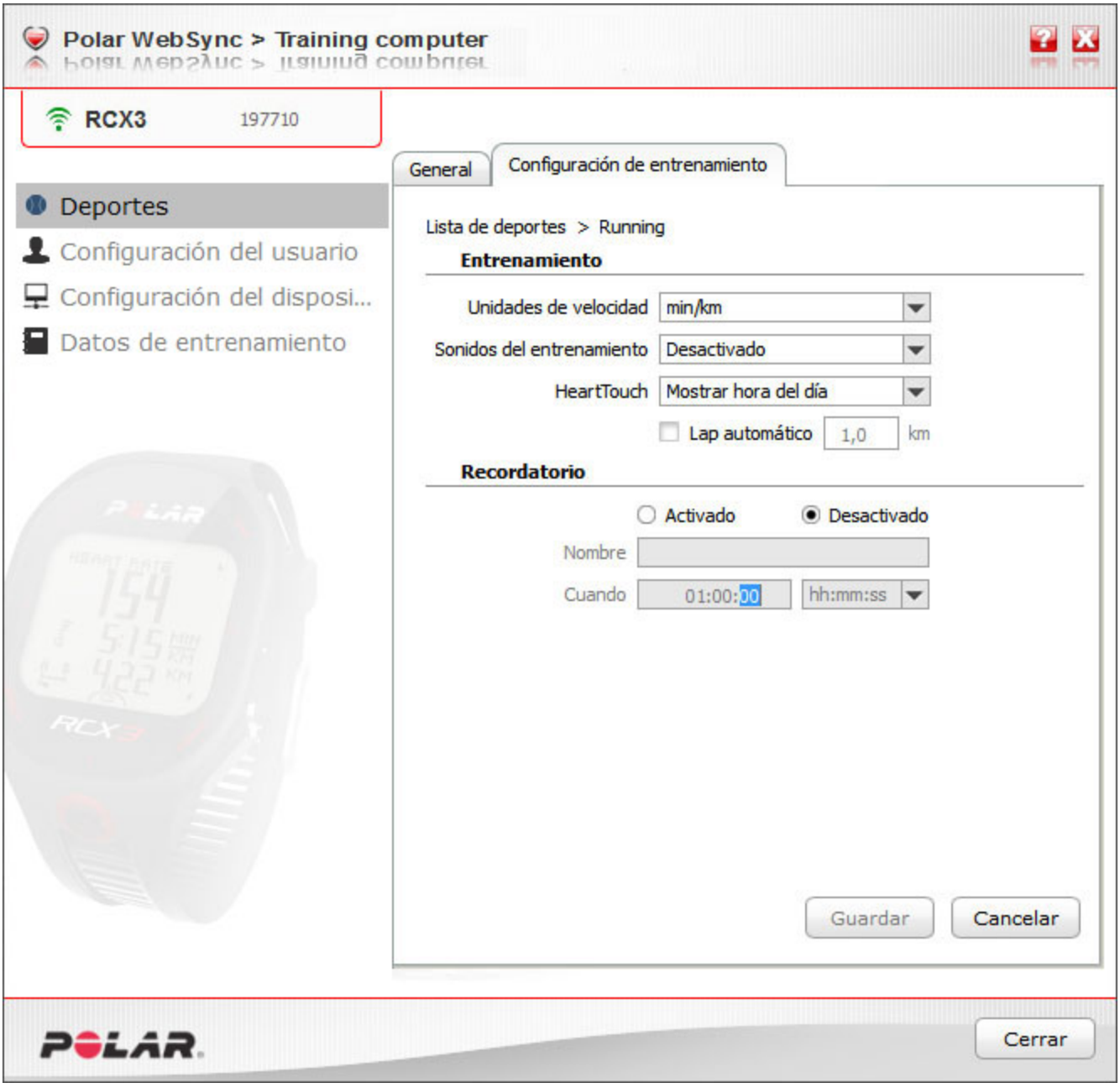
En ciclismo, para una correcta información el ajuste del tamaño de la rueda es imprescindible

La función **Empezar entrenamiento automáticamente** inicia y detiene automáticamente la grabación del entrenamiento al iniciar y parar la sesión de ciclismo. La función **Empezar entrenamiento automáticamente** requiere el ajuste del tamaño de la rueda, además de un sensor de velocidad.

Haz clic en **Guardar** para transferir la configuración a tu training computer.

RCX3: Si WebSync ha perdido la conexión a tu training computer, selecciona **Conectar** => **Iniciar sincronización** en tu training computer.

Configuración del entrenamiento



Entrenamiento

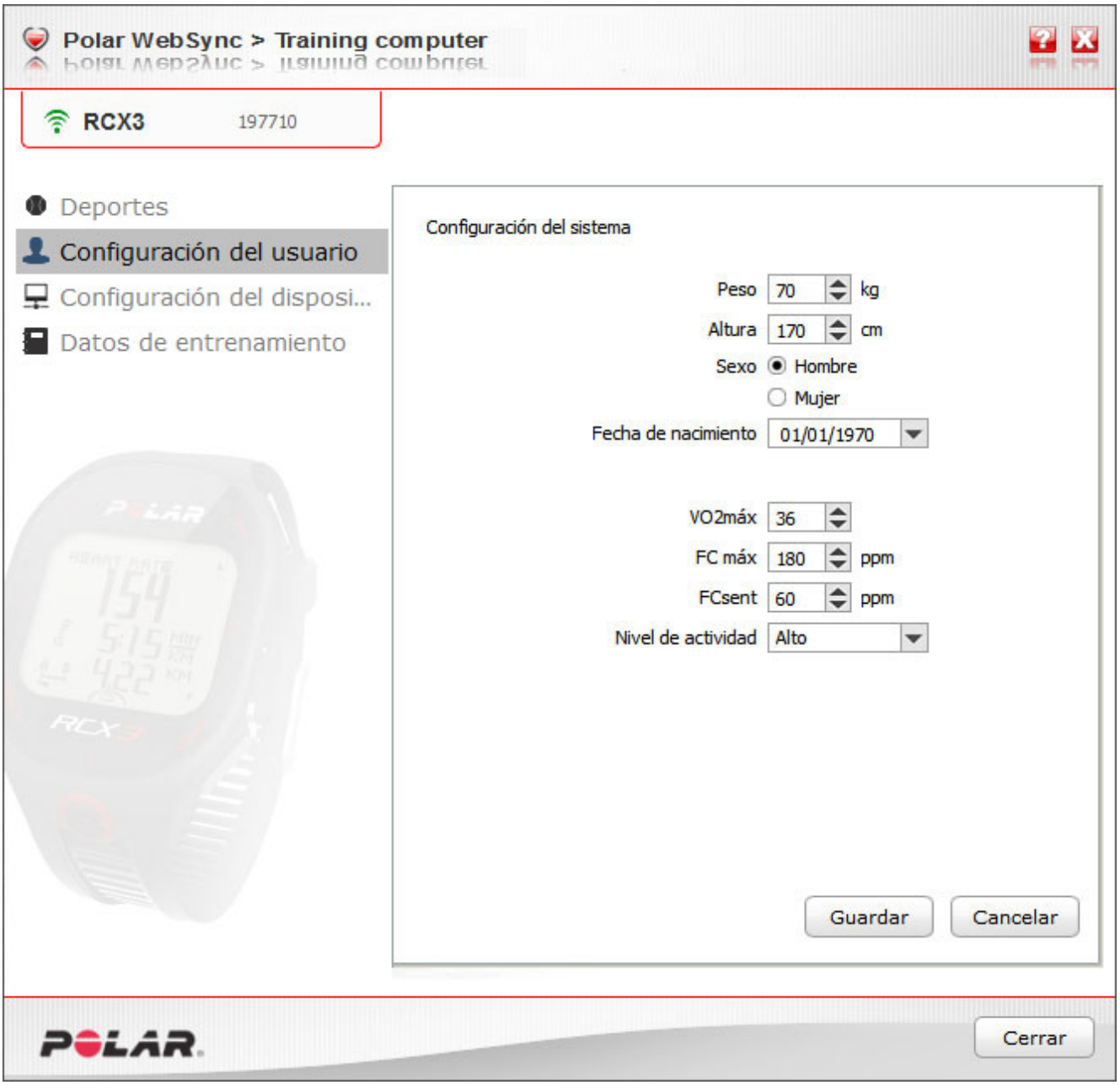
Configura un valor en **Unidades de velocidad** (Speed unit): km/h / mph o min/km / min/mi.

Configura los **Sonidos del entrenamiento**: Desactivado, Bajo, Alto, Muy alto.

Para activar la función **Lap automático**, activa la casilla y añade la distancia de lap. Para desactivar esta función, desactiva la casilla.

CONFIGURACIÓN DEL USUARIO

Introduce tu configuración de usuario con exactitud para recibir información correcta sobre tu rendimiento. Haz clic en **Guardar** para guardar los cambios en WebSync y en tu training computer.



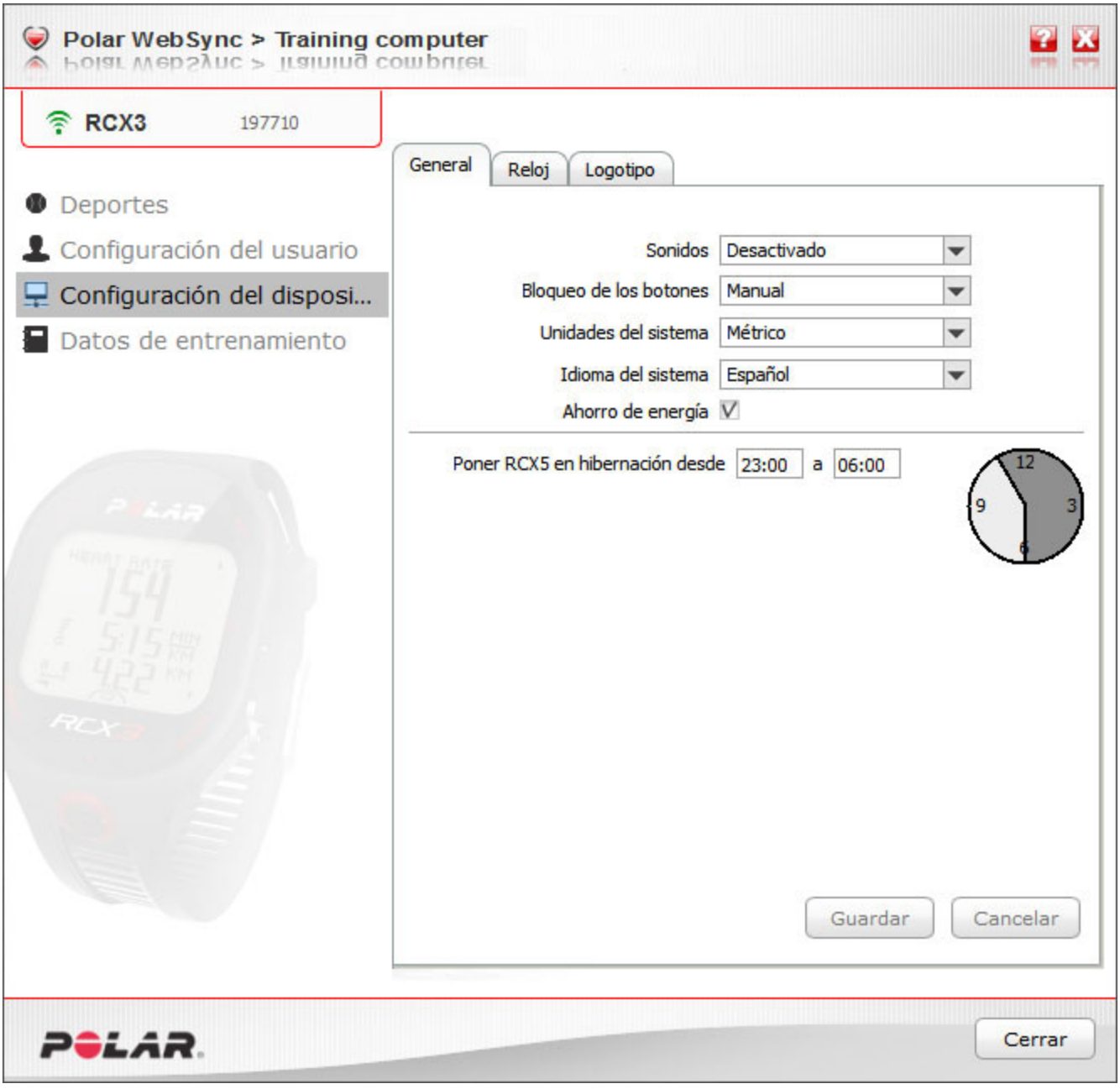
Para obtener más información acerca del $VO_{2máx}$ y los niveles de actividad, consulta el Manual del usuario de tu training computer.

Haz clic en **Guardar** para transferir los ajustes a tu training computer.

RCX3: Si WebSync ha perdido la conexión a tu training computer, selecciona **Conectar** => **Iniciar sincronización** en tu training computer.

CONFIGURACIÓN DEL DISPOSITIVO

General



Sonidos: Permite cambiar el sonido emitido al pulsar los botones del training computer **Activado**/**Desactivado**.

Configura el **Bloqueo de los botones**. **Automático:** El bloqueo de los botones se activa cuando no se pulsa ningún botón durante un minuto. Para desbloquear los botones, pulsa y mantén pulsado el botón LIGHT en el

modo de hora. **Manual**: Para bloquear o desbloquear los botones manualmente, pulsa y mantén pulsado el botón LIGHT en el modo de hora.

Unidades del sistema: Selecciona las unidades del sistema Métrico/Británico para el training computer y WebSync.

Idioma del sistema: Selecciona el idioma para el training computer.

RCX3: Activa la casilla **Ahorro de energía** y define el tiempo de reposo para el training computer. Durante el tiempo seleccionado, la pantalla del RCX3 está vacía. Para salir del modo de ahorro de energía, pulsa cualquier botón. Si no pulsas ningún botón durante cinco minutos, la pantalla vuelve al modo de ahorro de energía. El ahorro de energía permite prolongar al máximo la vida útil de la pila de tu RCX3.

Reloj

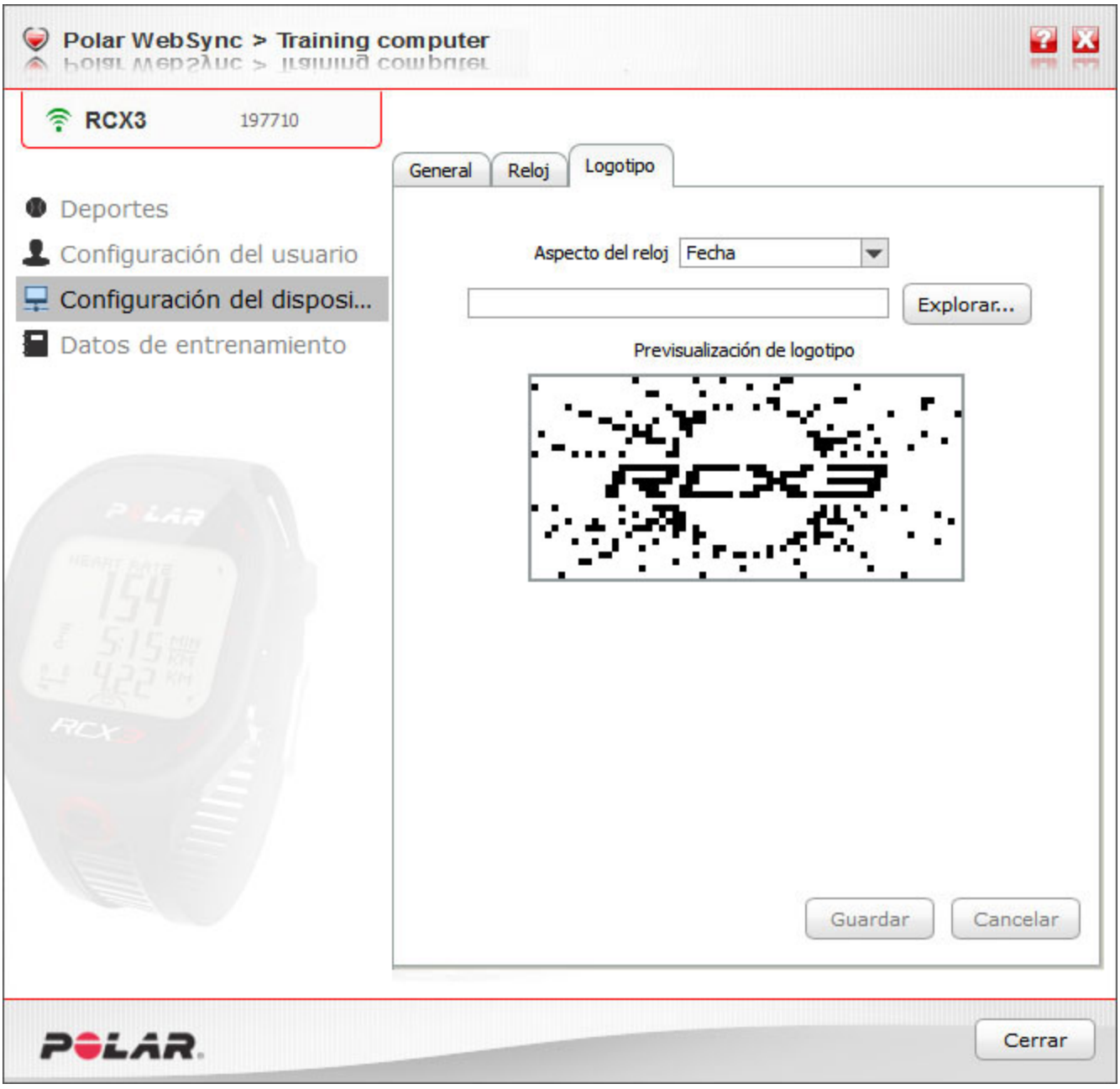
Selecciona el formato de **Hora**, **24 h** o **12 h**. Si seleccionas **Utilizar la hora del ordenador**, la hora de tu training computer se sincroniza con la hora de tu ordenador.

Define la diferencia de **Hora 2** con respecto a **Hora**. Selecciona **Utilizar la hora 2** para aplicar la hora 2 en tu training computer.

Configurar la **Fecha**, el **Formato** de fecha, el **Separador** y el **Primer día de la semana**.

Para activar o desactivar la **Alarma**, activa o desactiva la casilla. Ajusta la hora y la frecuencia de la alarma.

Logotipo



Selecciona el **Aspecto del reloj**: **Fecha**, **Logotipo**, **Evento**.

Para seleccionar un logotipo, busca el archivo de logotipo en tu ordenador. Los formatos de imagen admitidos son .jpg, .png, .gif y .bmp. Se recomienda utilizar una imagen en blanco y negro. La imagen seleccionada se redimensiona automáticamente al tamaño adecuado, que es de 64x30 píxeles. Si la imagen tiene un tamaño o

un formato incorrecto, aparece el mensaje **La imagen de logotipo contenida en el archivo especificado requiere un ajuste automático a su tamaño óptimo y la conversión al formato en blanco y negro.** Selecciona **Continuar**.

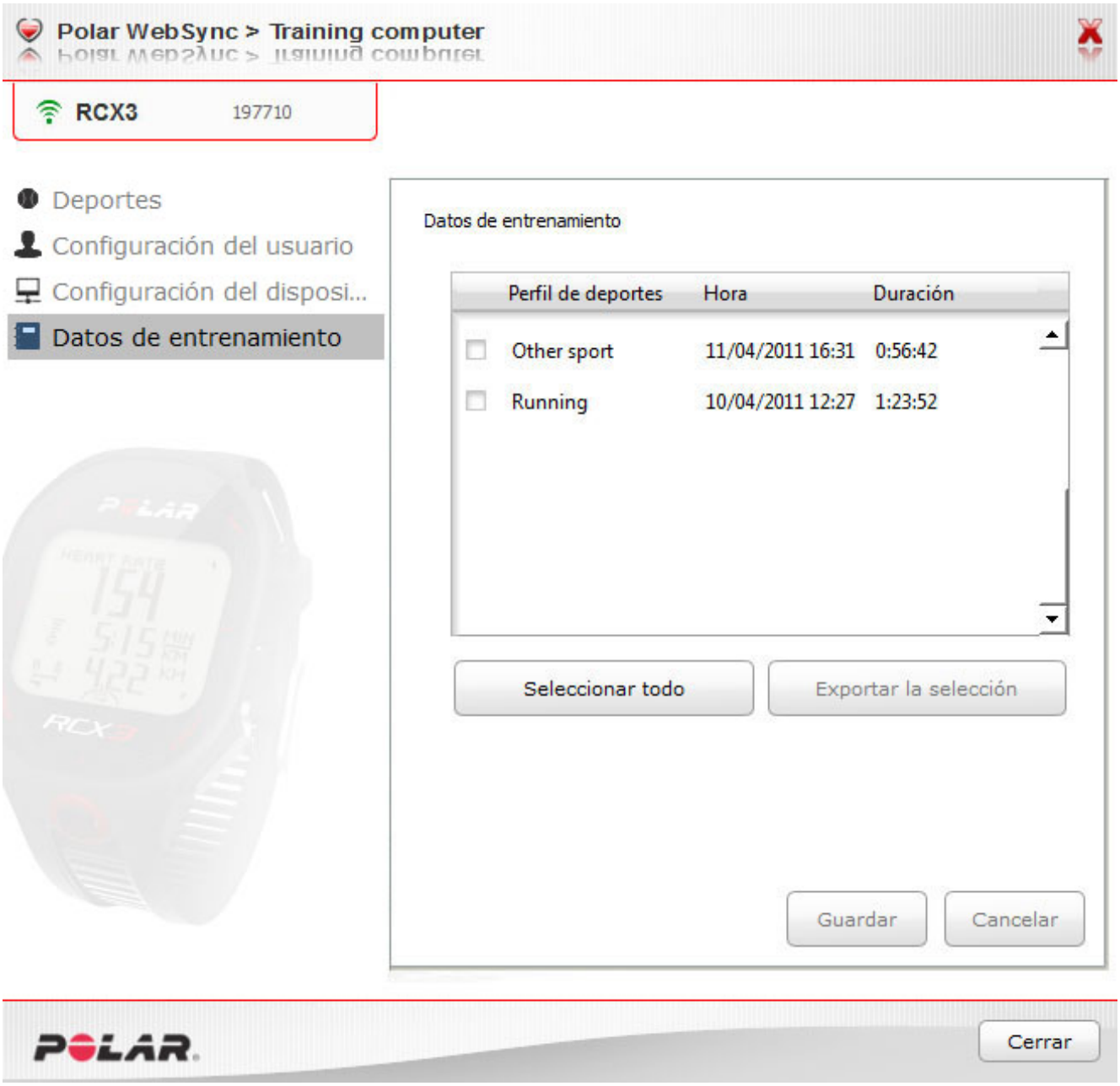
Se requiere un ajuste de la imagen
La imagen de logotipo contenida en el archivo especificado requiere un ajuste automático a su tamaño óptimo y la conversión al formato en blanco y negro.
Continuar
Cancelar

La opción **Evento** está disponible si has definido un evento para tu training computer en polarpersonaltrainer.com. Para más información acerca de cómo configurar un evento, consulta la ayuda de polarpersonaltrainer.com.

Haz clic en **Guardar** para transferir los ajustes a tu training computer.

RCX3: Si WebSync ha perdido la conexión a tu training computer, selecciona **Conectar** => **Iniciar sincronización** en tu training computer.

DATOS DE ENTRENAMIENTO

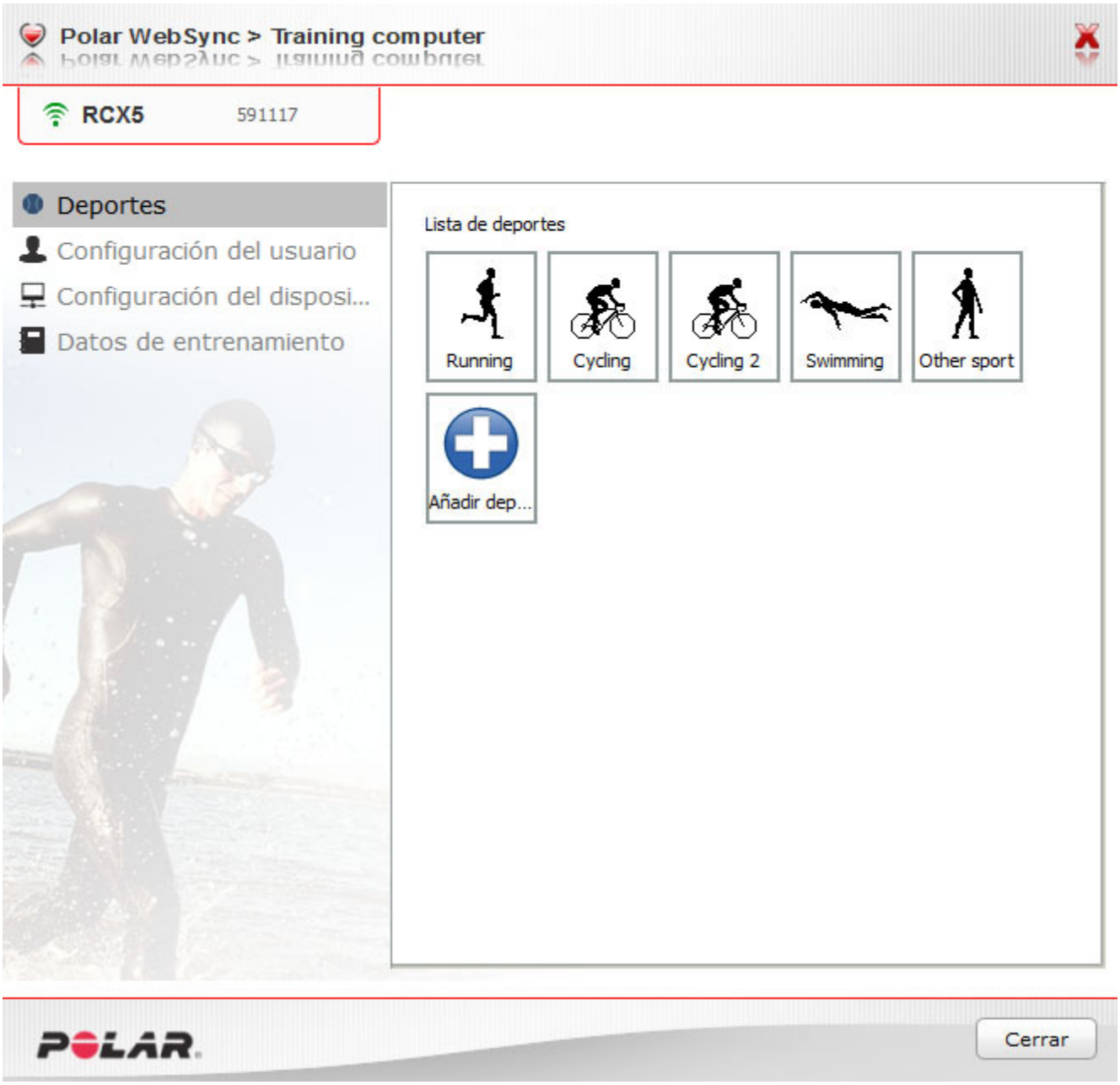


Para exportar tus archivos de entrenamiento, selecciona los archivos de entrenamiento y haz clic en **Exportar la selección**. Selecciona una ubicación para los archivos. Los archivos pueden transferirse al software Polar ProTrainer 5. Visita www.polar.fi/support para obtener más información acerca de cómo importar los archivos a Polar ProTrainer 5.

RCX5

PERFILES DE DEPORTES

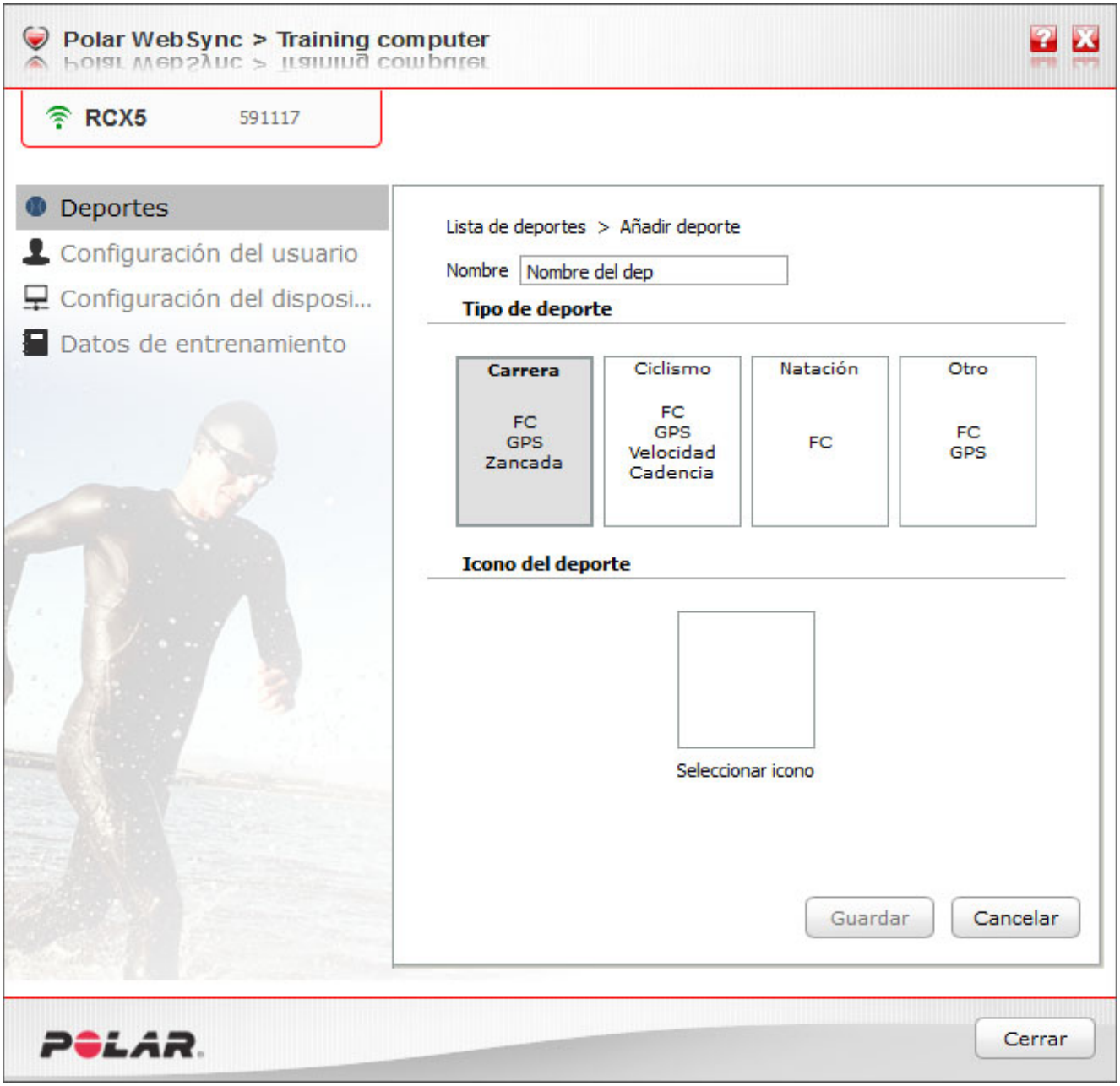
Tu lista de perfiles de deportes se muestra en tu RCX5. Tu RCX5 tiene cinco perfiles de deportes predeterminados: Carrera, Ciclismo, Ciclismo 2, Natación y Otro deporte.



Añadir un nuevo perfil de deporte

Puedes tener un máximo de 15 perfiles de deportes en tu RCX5.

1. Haz clic en **Añadir deporte** en la lista de perfiles de deportes.



2. Asigna un nombre a tu perfil de deportes (máx. 14 caracteres).
3. Selecciona un **Tipo de deporte** adecuado. El tipo de deporte determina qué sensores y qué tipo de pantallas de entrenamiento puedes utilizar para ese perfil de deportes. Para obtener más información acerca de sensores compatibles y las pantallas de entrenamiento, consulta el Manual del usuario de tu training computer.

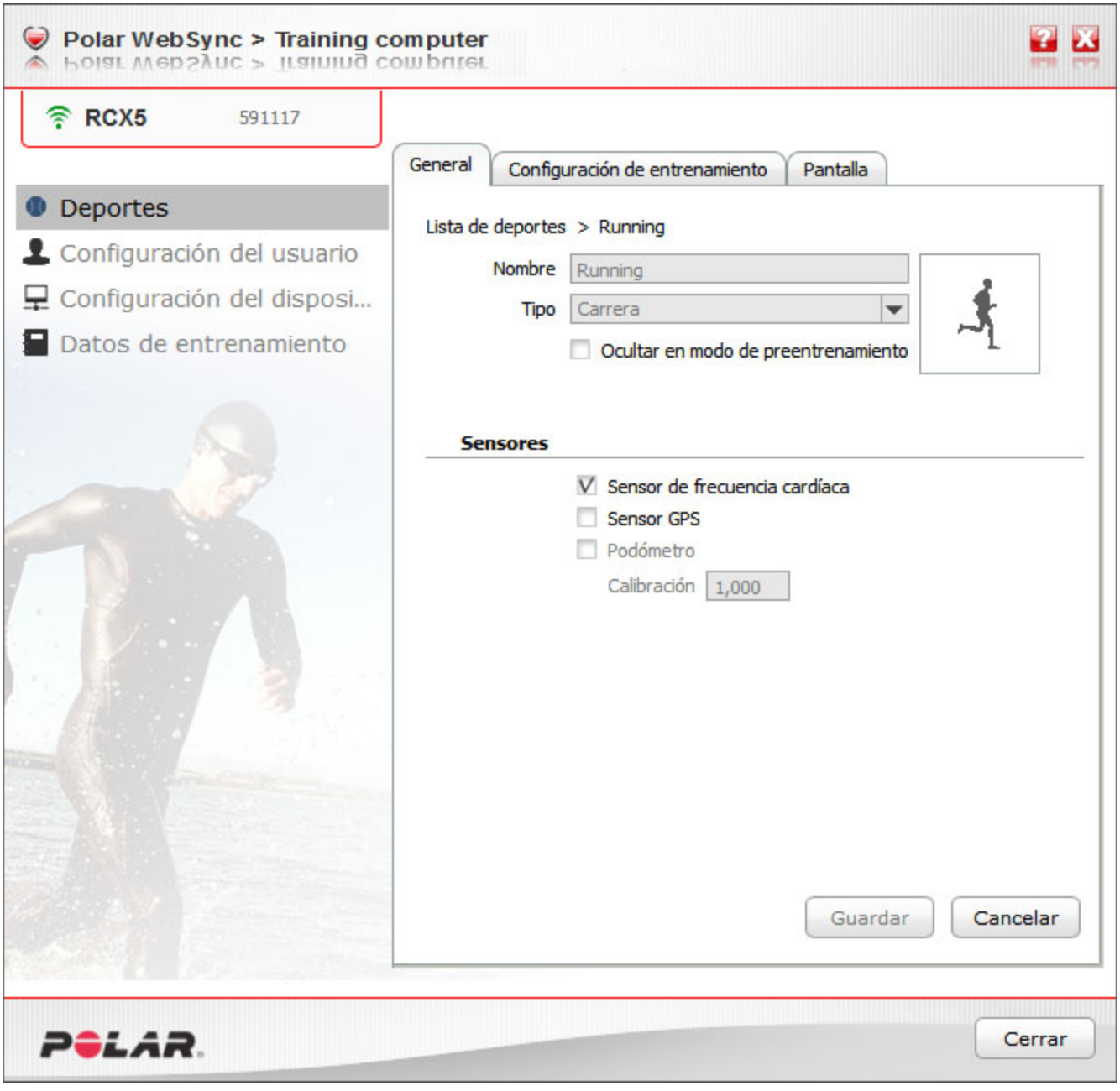
4. Haz clic en el rectángulo blanco para seleccionar un icono adecuado para tu perfil de deporte. El icono se muestra en tu training computer y en la ventana de resultados de entrenamiento del diario de entrenamiento online polarpersonaltrainer.com.
5. Haz clic en **Guardar** para añadir el perfil de deporte a la lista de perfiles de deportes en WebSync y en tu RCX5.

   Si WebSync ha perdido la conexión a tu training computer, selecciona **Conectar** => **Iniciar sincronización** en tu training computer.

Editar un perfil de deporte

Haz clic en un perfil de deporte en la lista de perfiles de deportes.

General



Puedes editar el **Nombre** y el **Tipo** de los perfiles de deportes que hayas creado en WebSync. Los perfiles de deportes predeterminados del RCX5 no pueden editarse.

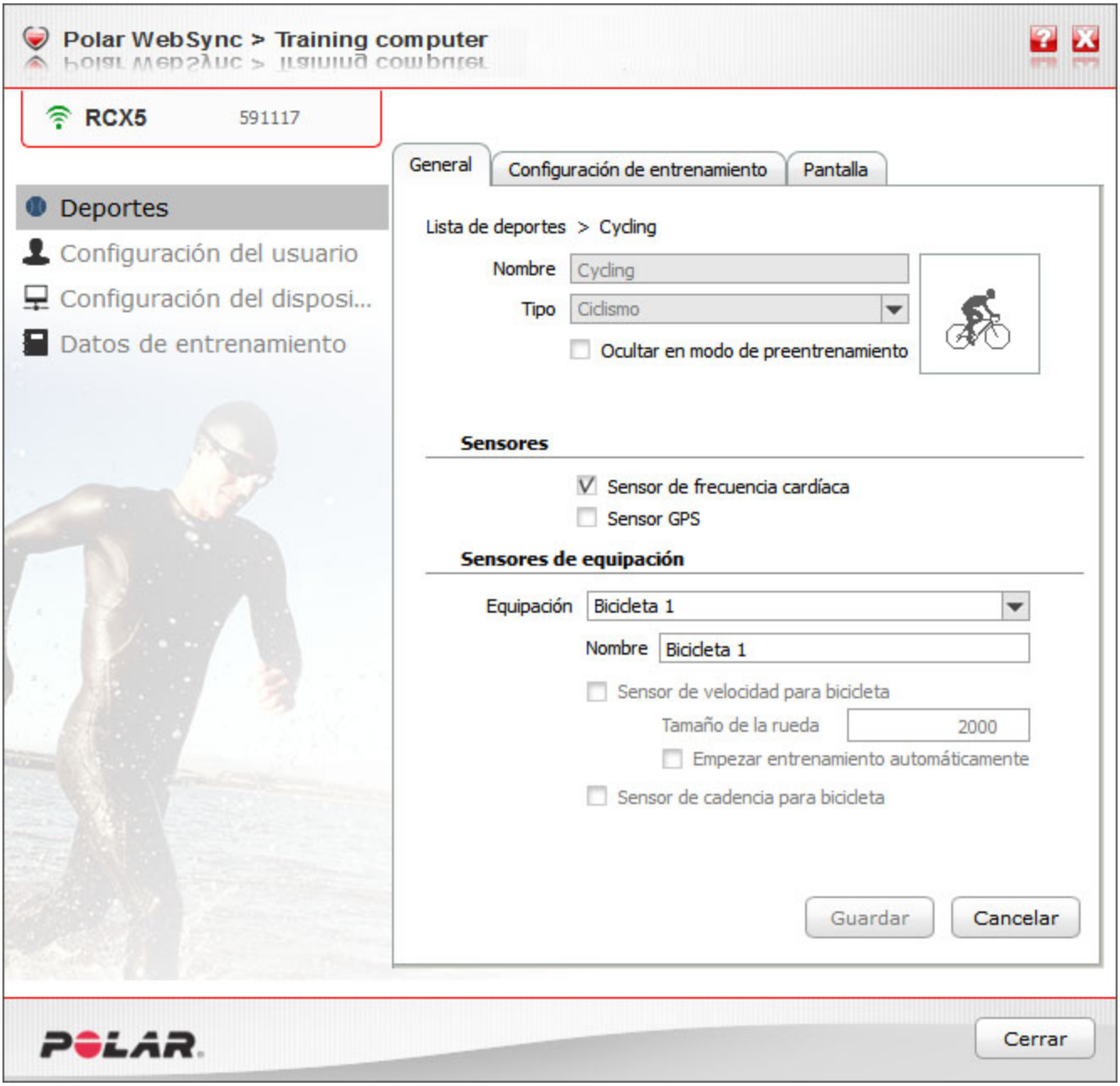
Si quieres que el perfil de deportes permanezca oculto en la lista de perfiles de deportes en el modo de preentrenamiento de tu RCX5, marca la casilla **Ocultar modo de preentrenamiento**. Esto puede resultar útil si sólo practicas ese deporte, por ejemplo, en un momento determinado del año.

Sensores

Para activar/desactivar los sensores disponibles, activa/desactiva la casilla situada junto al nombre del sensor. Sólo aparecen enumerados los sensores disponibles para el tipo de deporte. Si algún sensor no se ha vinculado con tu training computer, aparece en gris y no puedes activarlo ni desactivarlo. Para obtener más información acerca de cómo vincular sensores con tu training computer, consulta el Manual del usuario de tu training computer.

Configura el factor de calibración del sensor de zancada. Para obtener más información acerca del factor de calibración, consulta el Manual del usuario de tu training computer.

Sensores del equipación



Si el tipo de deporte es **Ciclismo**, se muestra en la lista del equipo. Selecciona el **Equipación** (bicicleta) para su uso. Puedes editar el nombre de la equipamiento en el campo **Nombre**. El nombre puede contener un máximo de 14 caracteres.

Para activar/desactivar los sensores disponibles para el equipo, activa/desactiva la casilla situada junto al nombre del sensor. Si algún sensor no se ha vinculado con tu training computer, aparece en gris y no puedes activarlo ni desactivarlo. Para obtener más información acerca de cómo vincular sensores, consulta el Manual del usuario de tu training computer.

Si has vinculado un sensor de velocidad con tu training computer, puedes introducir el **Tamaño de la rueda** de tu bicicleta y activar o desactivar la función **Empezar entrenamiento automáticamente** activando o desactivando la casilla.

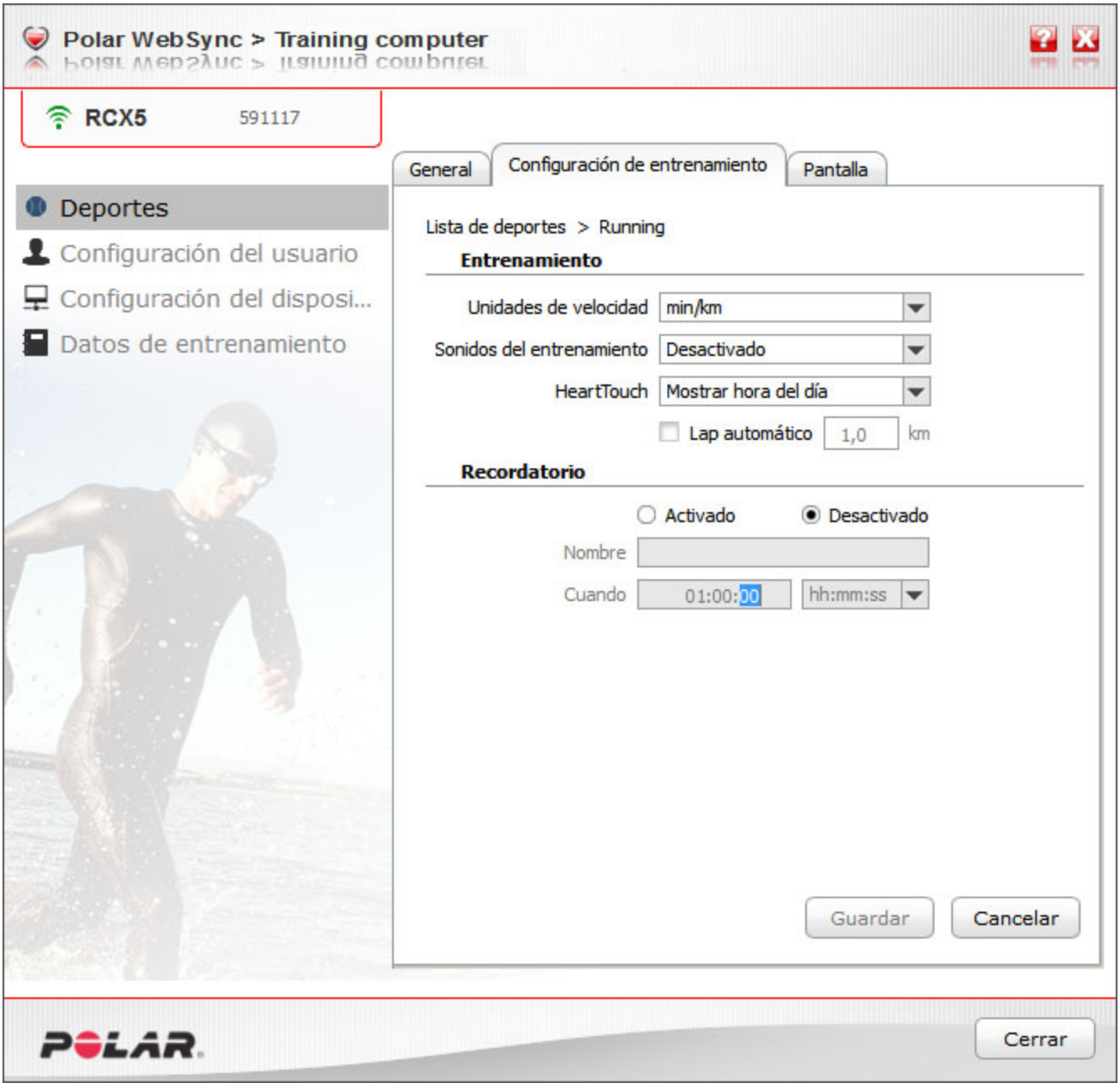
En ciclismo, para una correcta información el ajuste del tamaño de la rueda es imprescindible

La función **Empezar entrenamiento automáticamente** inicia y detiene automáticamente la grabación del entrenamiento al iniciar y parar la sesión de ciclismo. La función **Empezar entrenamiento automáticamente** requiere el ajuste del tamaño de la rueda, además de un sensor de velocidad.

Haz clic en **Guardar** para transferir la configuración a tu training computer.

Si WebSync ha perdido la conexión a tu training computer, selecciona **Conectar** => **Iniciar sincronización** en tu training computer.

Configuración del entrenamiento



Entrenamiento

Configura un valor en **Unidades de velocidad** (Speed unit): km/h / mph o min/km / min/mi.

Configura los **Sonidos del entrenamiento**: Desactivado, Bajo, Alto, Muy alto.

Configura la función para **HeartTouch**: Desactivado, Retroiluminación, Cambiar vista, Mostrar límites, Mostrar hora del día, Registrar lap. Si colocas tu training computer cerca del transmisor durante el entrenamiento, puedes activar la luz de fondo, cambiar la vista de entrenamiento, mostrar los límites, mostrar la hora del día o registrar un lap.

Para activar la función **Lap automático**, activa la casilla y añade la distancia de lap. Para desactivar esta función, desactiva la casilla.

Recordatorio

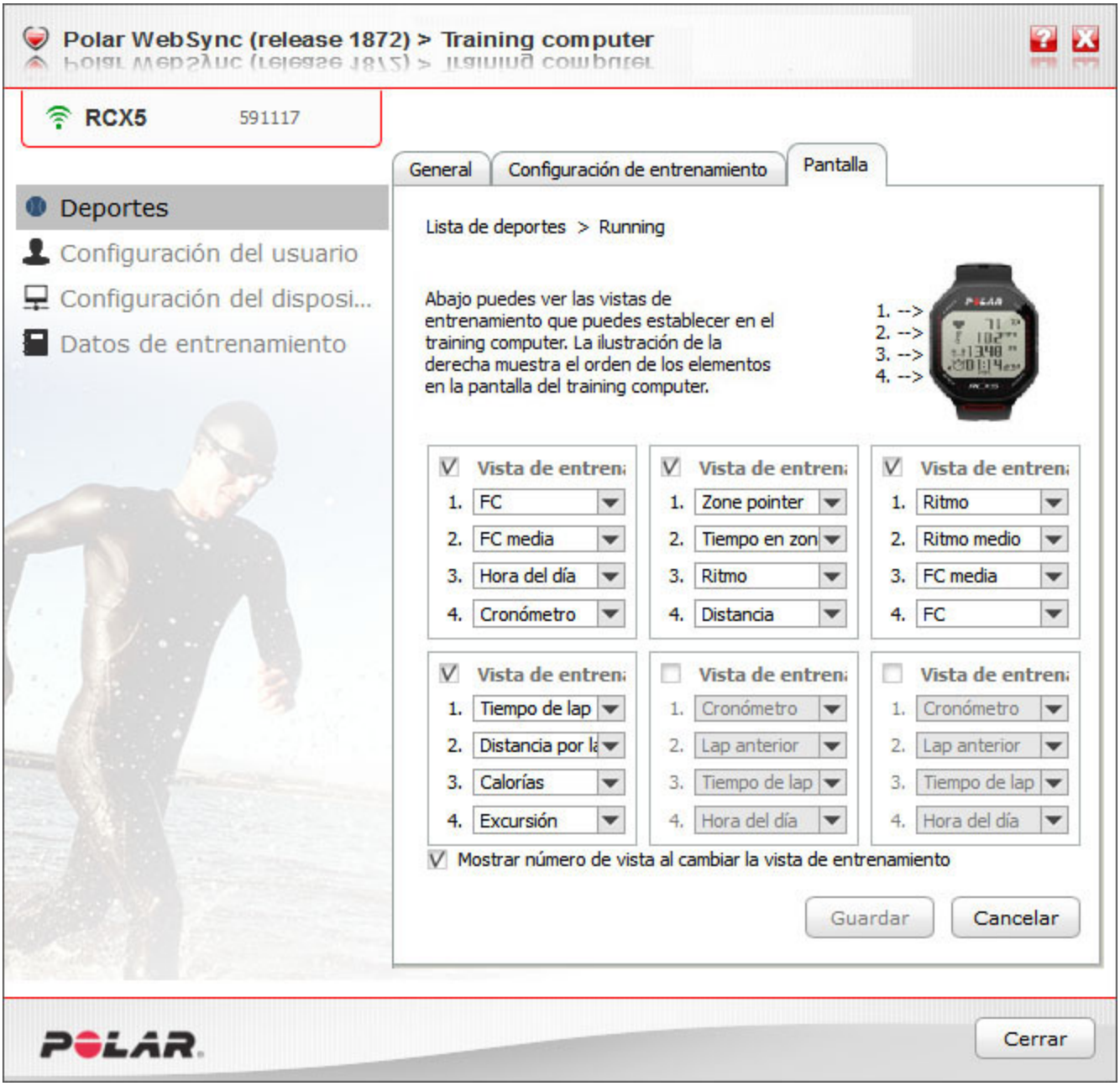
El recordatorio de entrenamiento te recuerda durante el entrenamiento cuándo debes beber, comer o realizar otras acciones importantes. El recordatorio se basa en el consumo de energía (kcal), la distancia (km/mi) o el tiempo. El recordatorio activa la alarma cuando se alcanzan unas calorías, una distancia o un tiempo determinados en el entrenamiento. Cuando se activa la alarma de recordatorio, el contador del recordatorio se restablece. Esto significa que el recordatorio activa la alarma periódicamente (por ejemplo, si el recordatorio se configura para 300 kcal, la alarma se activa al consumir 300 kcal, 600 kcal, 900 kcal...).

Selecciona **Activado** para configurar el recordatorio. Introduce el texto de recordatorio (**Nombre**) (máx. 10 caracteres) que aparecerá en la pantalla del training computer cuando se active la alarma de recordatorio. Configura la frecuencia del recordatorio (**Cuando**). Selecciona **Desactivado** para desactivar el recordatorio. Para obtener más información acerca de los recordatorios, consulta el Manual del usuario de tu training computer.

Haz clic en **Guardar** para transferir la configuración a tu training computer.

Si WebSync ha perdido la conexión a tu training computer, selecciona **Conectar** => **Iniciar sincronización** en tu training computer.

Pantalla



Personaliza la pantalla de tu training computer para ver la información que consideres más importante durante una sesión de entrenamiento. Cada perfil de deportes puede tener seis diferentes vistas de entrenamiento que puedes personalizar.

Las vistas de entrenamiento que se estén utilizando aparecen seleccionadas. Las vistas de entrenamiento que se estén utilizando aparecen seleccionadas. Para empezar a usar una nueva vista, activa la casilla "Numeración" de la vista de entrenamiento y la vista se activa. Selecciona en el menú desplegable los

elementos que desees ver. Encontrarás explicaciones acerca de los elementos en el Manual del usuario de tu training computer.

El conjunto de elementos disponible en el menú desplegable depende de los sensores que tengas vinculados con tu training computer.

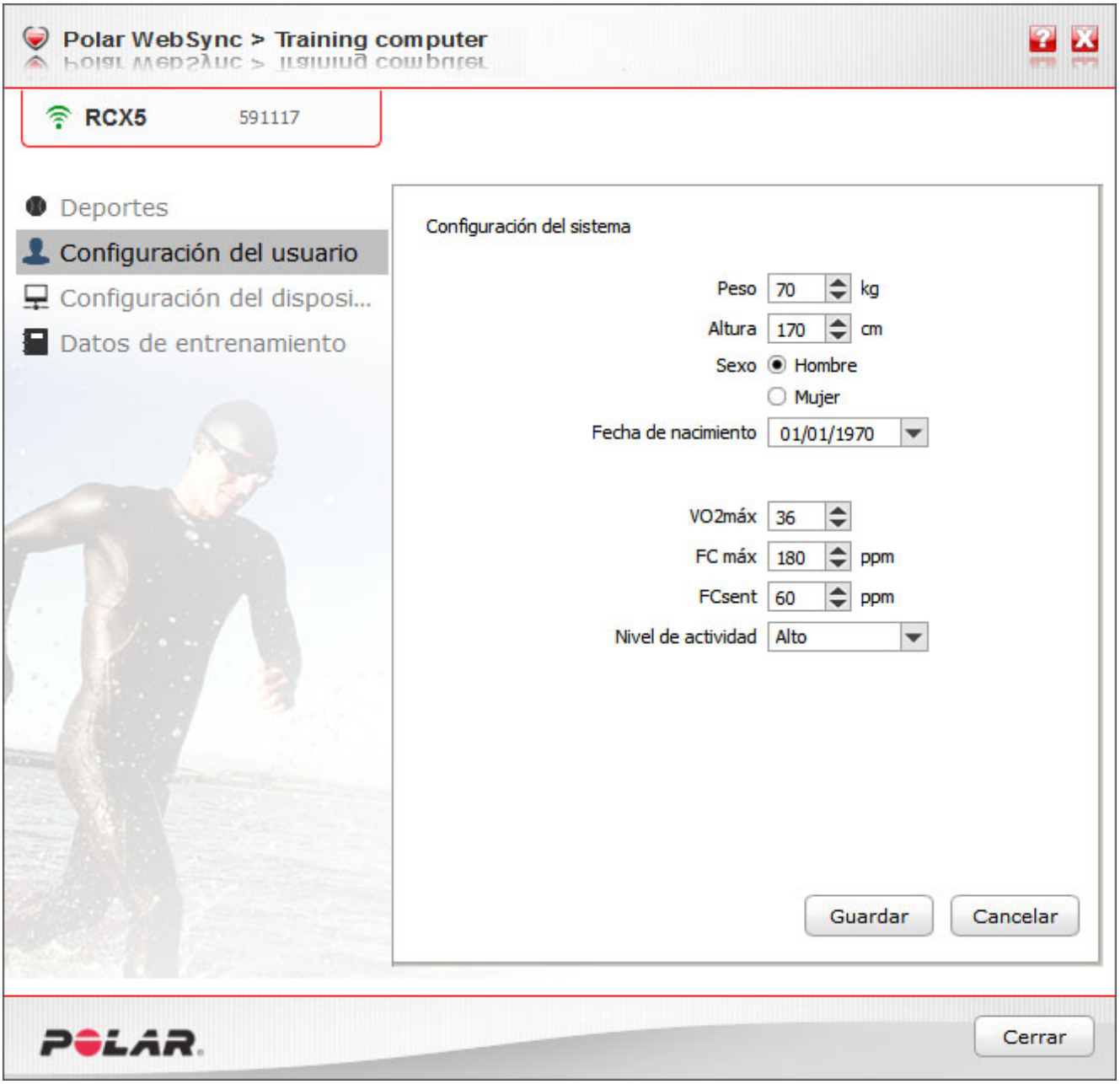
Activa **Mostrar número de vista al cambiar la vista de entrenamiento** para facilitar la selección de vistas durante el entrenamiento.

Haz clic en **Guardar** para transferir la configuración a tu training computer.

Si WebSync ha perdido la conexión a tu training computer, selecciona **Conectar** => **Iniciar sincronización** en tu training computer.

CONFIGURACIÓN DEL USUARIO

Introduce tu configuración de usuario con exactitud para recibir información correcta sobre tu rendimiento. Haz clic en **Guardar** para guardar los cambios en WebSync y en tu training computer.



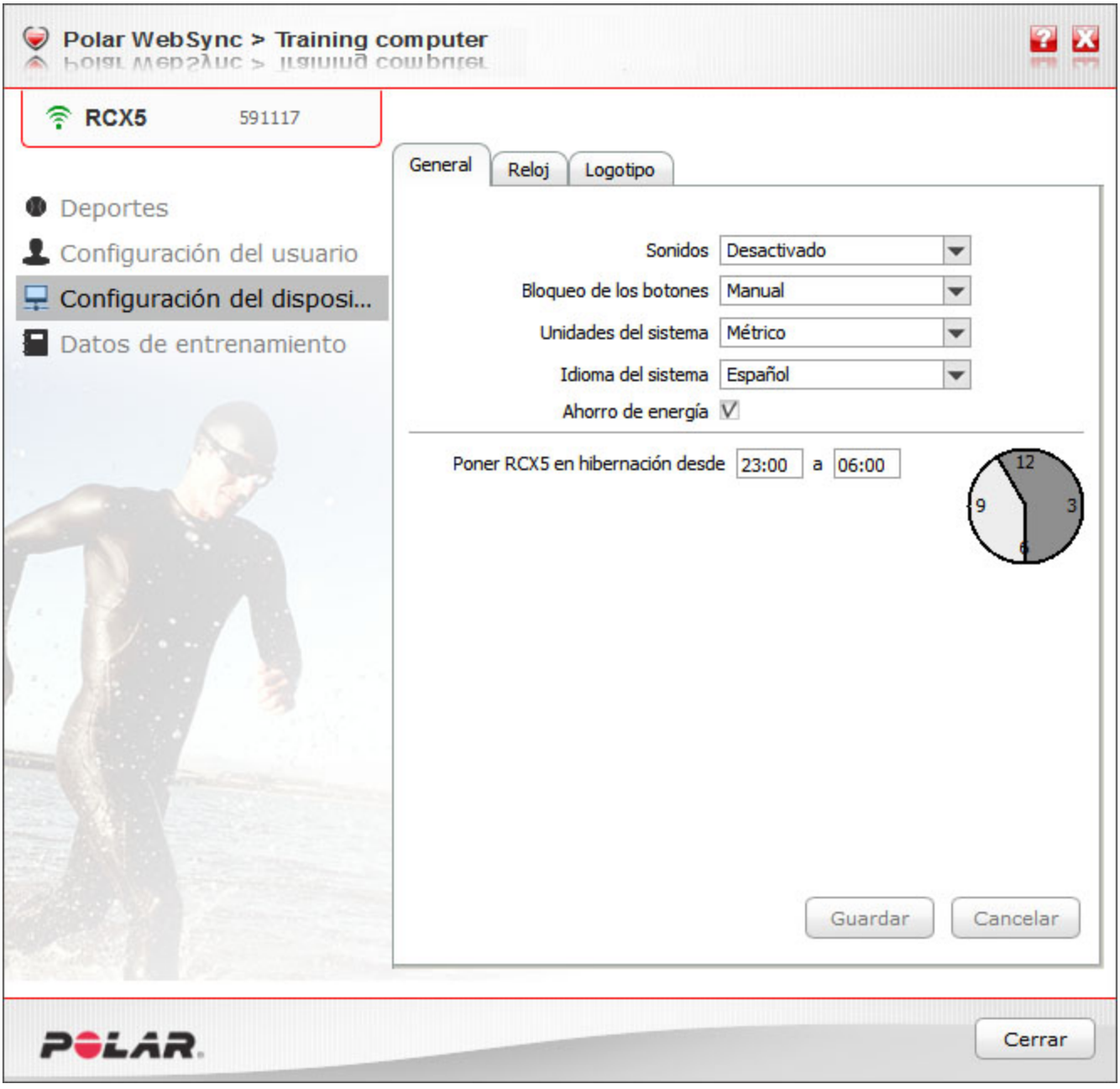
Para obtener más información acerca del $VO_{2máx}$ y los niveles de actividad, consulta el Manual del usuario de tu training computer.

Haz clic en **Guardar** para transferir los ajustes a tu training computer.

Si WebSync ha perdido la conexión a tu training computer, selecciona **Conectar** => **Iniciar sincronización** en tu training computer.

CONFIGURACIÓN DEL DISPOSITIVO

General



Sonidos: Permite cambiar el sonido emitido al pulsar los botones del training computer **Activado**/**Desactivado**.

Configura el **Bloqueo de los botones**. **Automático:** El bloqueo de los botones se activa cuando no se pulsa ningún botón durante un minuto. Para desbloquear los botones, pulsa y mantén pulsado el botón LIGHT en el

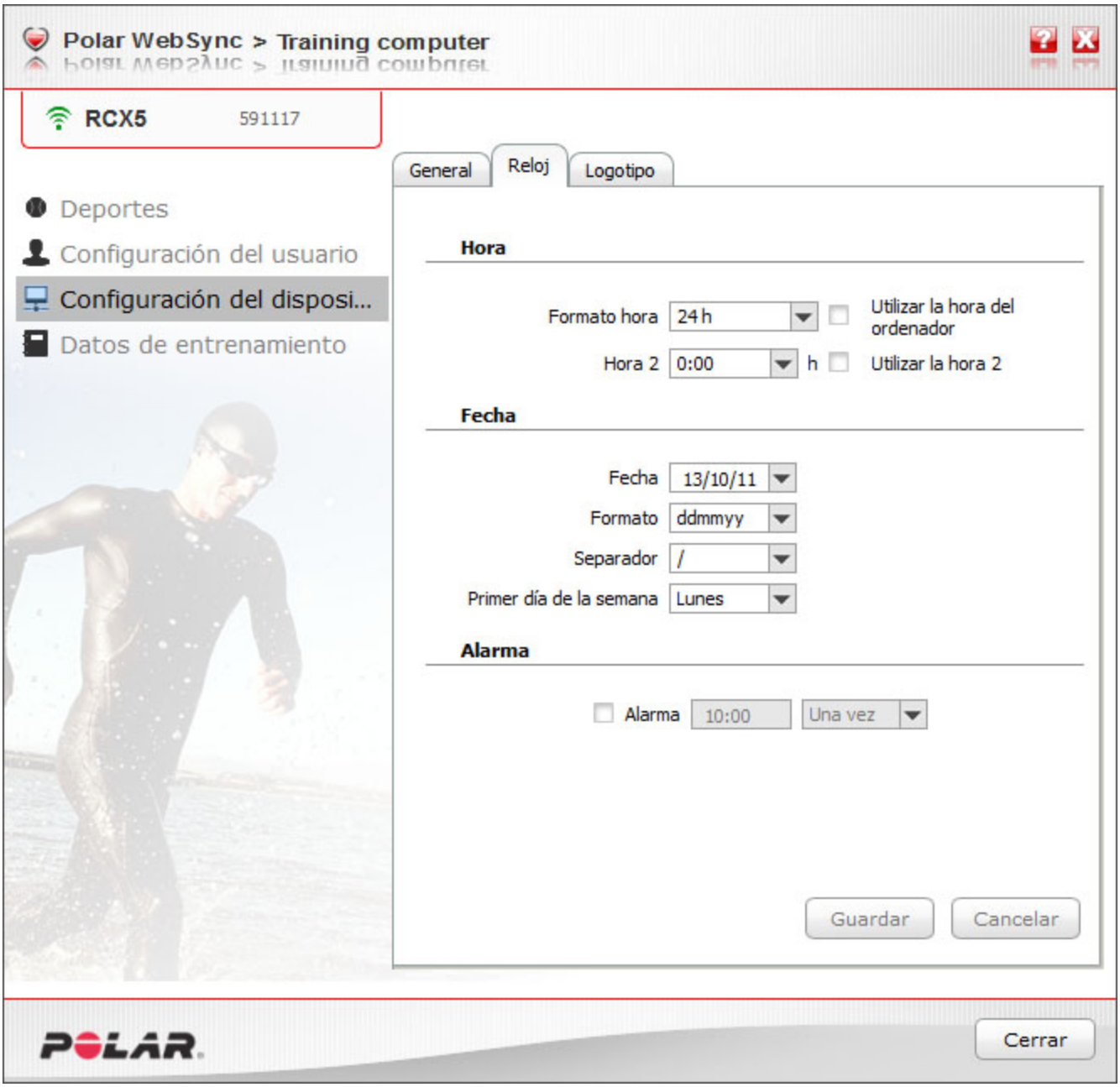
modo de hora. **Manual**: Para bloquear o desbloquear los botones manualmente, pulsa y mantén pulsado el botón LIGHT en el modo de hora.

Unidades del sistema: Selecciona las unidades del sistema Métrico/Británico para el training computer y WebSync.

Idioma del sistema: Selecciona el idioma para el training computer.

Activa la casilla **Ahorro de energía** y define el tiempo de reposo para el training computer. Durante el tiempo seleccionado, la pantalla del RCX5 está vacía. Para salir del modo de ahorro de energía, pulsa cualquier botón. Si no pulsas ningún botón durante cinco minutos, la pantalla vuelve al modo de ahorro de energía. El ahorro de energía permite prolongar al máximo la vida útil de la pila de tu RCX5.

Reloj



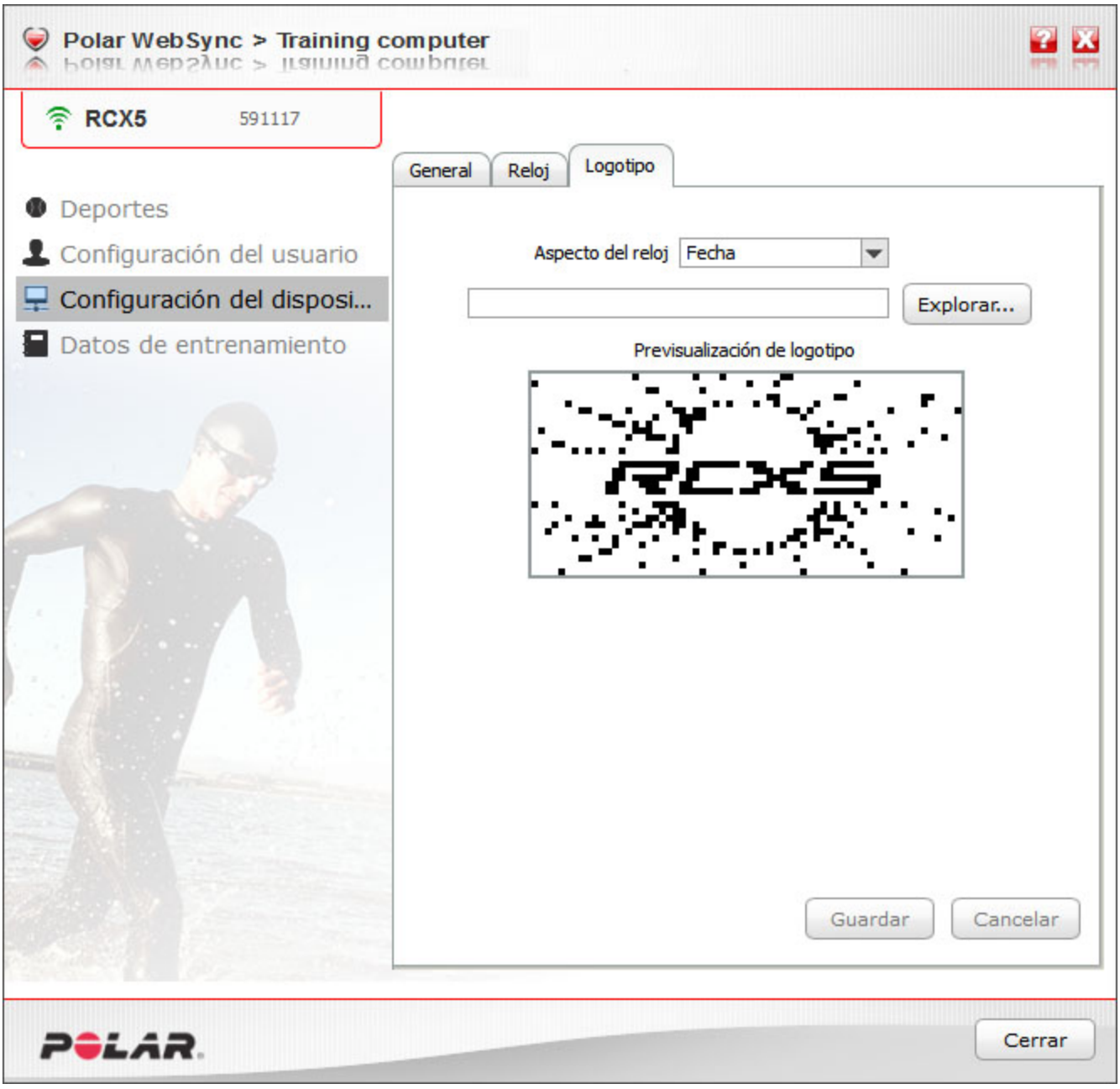
Selecciona el formato de **Hora**, **24 h** o **12 h**. Si seleccionas **Utilizar la hora del ordenador**, la hora de tu training computer se sincroniza con la hora de tu ordenador.

Define la diferencia de **Hora 2** con respecto a **Hora**. Selecciona **Utilizar la hora 2** para aplicar la hora 2 en tu training computer.

Configurar la **Fecha**, el **Formato** de fecha, el **Separador** y el **Primer día de la semana**.

Para activar o desactivar la **Alarma**, activa o desactiva la casilla. Ajusta la hora y la frecuencia de la alarma.

Logotipo



Selecciona el **Aspecto del reloj**: **Fecha**, **Logotipo**, **Evento**.

Para seleccionar un logotipo, busca el archivo de logotipo en tu ordenador. Los formatos de imagen admitidos son .jpg, .png, .gif y .bmp. Se recomienda utilizar una imagen en blanco y negro. La imagen seleccionada se redimensiona automáticamente al tamaño adecuado, que es de 64x30 píxeles. Si la imagen tiene un tamaño o

un formato incorrecto, aparece el mensaje **La imagen de logotipo contenida en el archivo especificado requiere un ajuste automático a su tamaño óptimo y la conversión al formato en blanco y negro.** Selecciona **Continuar**.

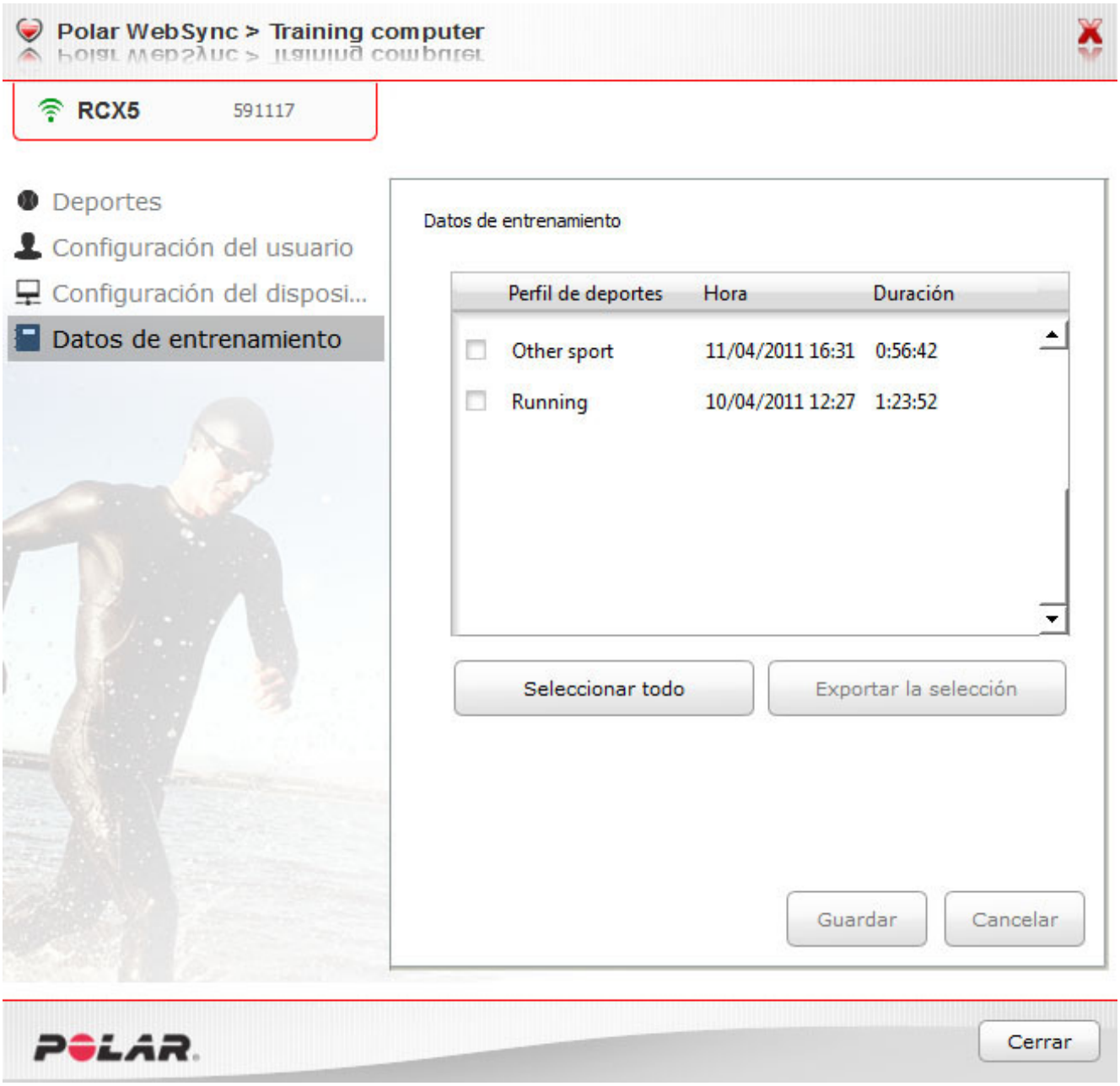
Se requiere un ajuste de la imagen
La imagen de logotipo contenida en el archivo especificado requiere un ajuste automático a su tamaño óptimo y la conversión al formato en blanco y negro.
Continuar
Cancelar

La opción **Evento** está disponible si has definido un evento para tu training computer en polarpersonaltrainer.com. Para más información acerca de cómo configurar un evento, consulta la ayuda de polarpersonaltrainer.com.

Haz clic en **Guardar** para transferir los ajustes a tu training computer.

Si WebSync ha perdido la conexión a tu training computer, selecciona **Conectar** => **Iniciar sincronización** en tu training computer.

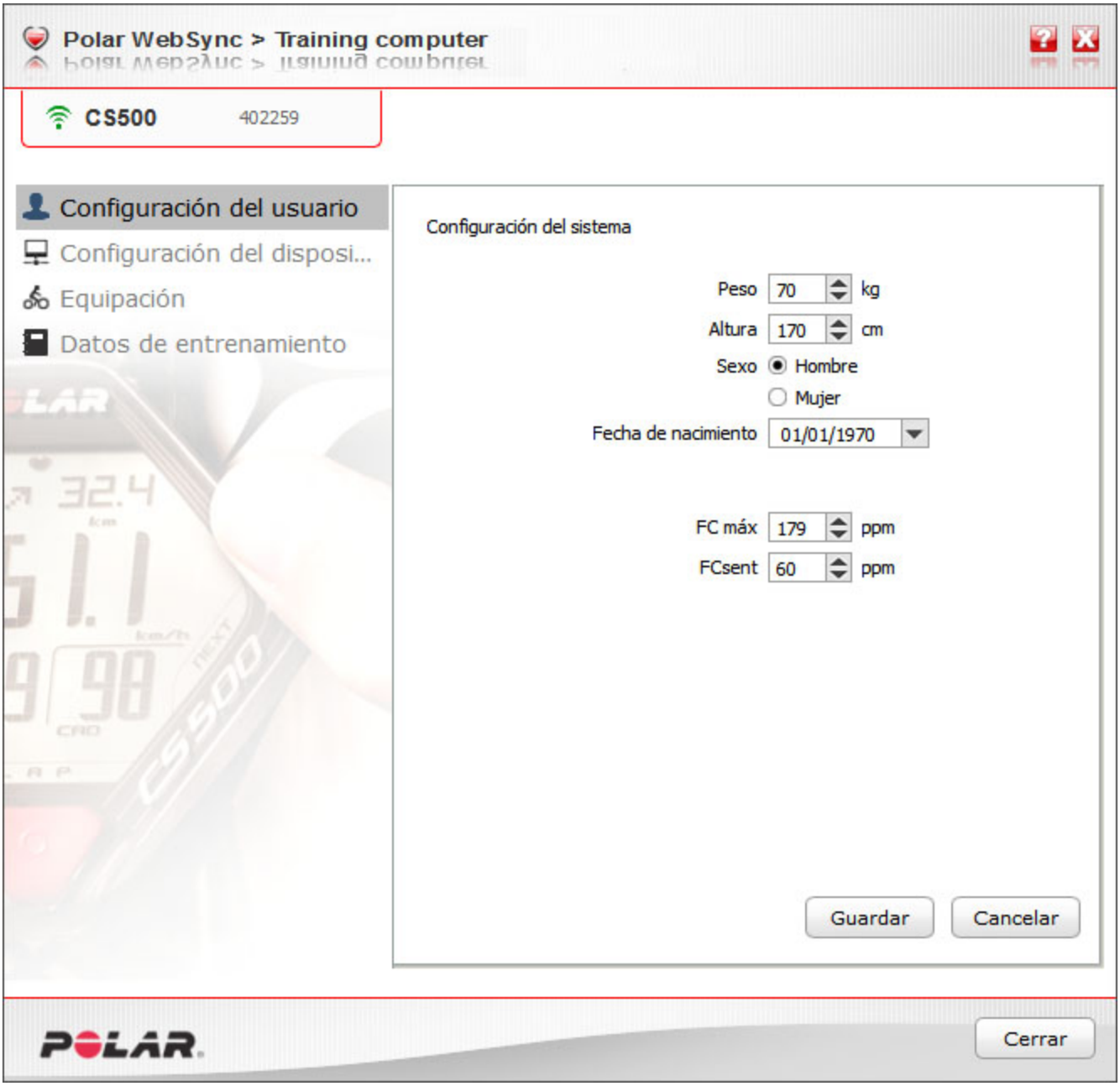
DATOS DE ENTRENAMIENTO



Para exportar tus archivos de entrenamiento, selecciona los archivos de entrenamiento y haz clic en **Exportar la selección**. Selecciona una ubicación para los archivos. Los archivos pueden transferirse al software Polar ProTrainer 5. Visita www.polar.fi/support para obtener más información acerca de cómo importar los archivos a Polar ProTrainer 5.

CS500

CONFIGURACIÓN DEL USUARIO



Introduce tu configuración de usuario con exactitud para recibir información correcta sobre tu rendimiento. Haz clic en **Guardar** para guardar los cambios en WebSync y en tu training computer.

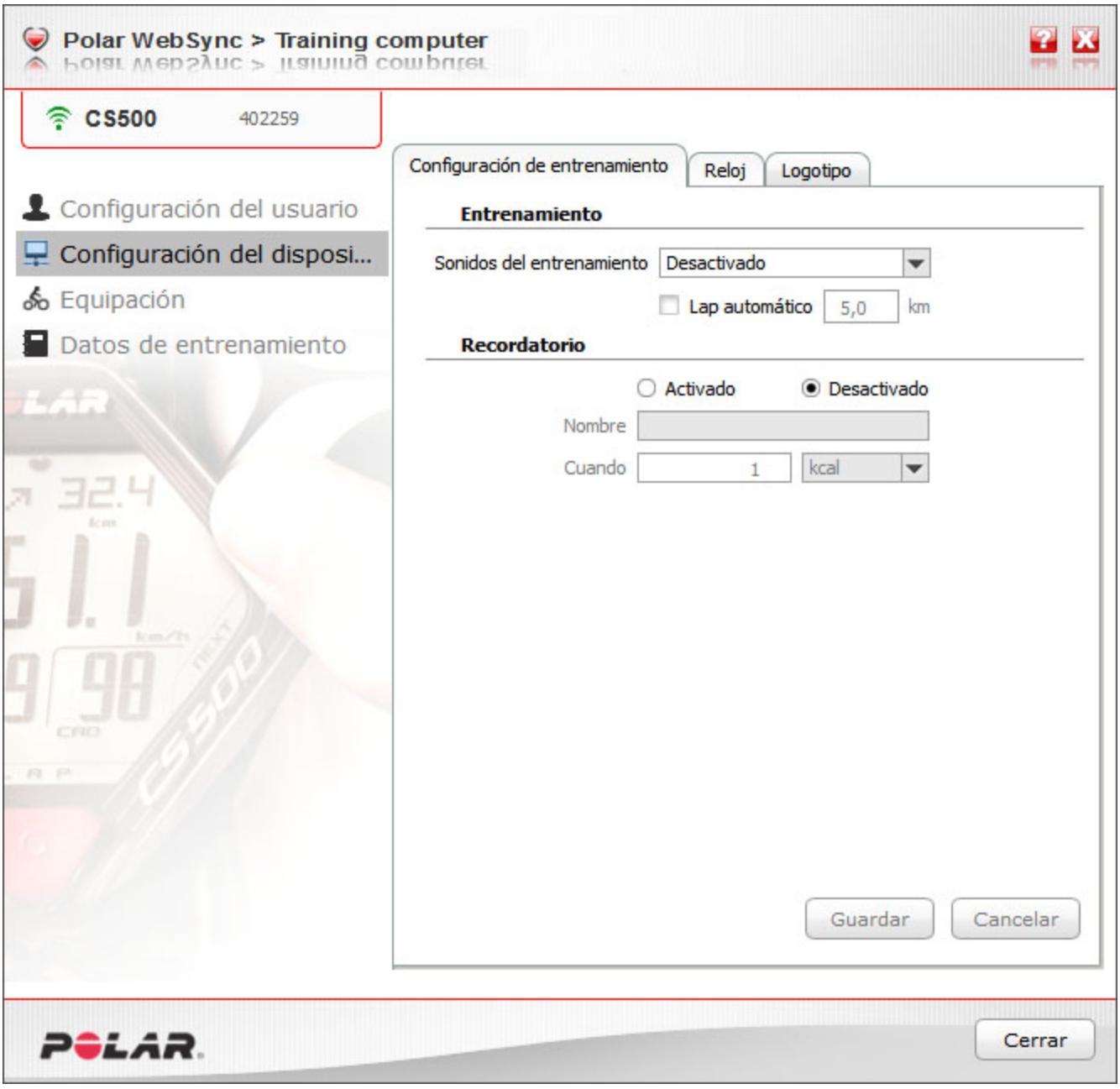
Para obtener más información acerca de **FCmáx** (frecuencia cardíaca máxima) y **FCsent** (frecuencia cardíaca en reposo), consulta el Manual del usuario de tu training computer.

Haz clic en **Guardar** para transferir la configuración a tu training computer.

Si WebSync ha perdido la conexión a tu training computer, selecciona **Connect** => **Start** (Conectar => Start) en tu training computer.

CONFIGURACIÓN DEL DISPOSITIVO

Configuración de entrenamiento



Entrenamiento

Configura los **Sonidos del entrenamiento**: **Desactivado**, **Bajo**, **Alto**, **Muy alto**.

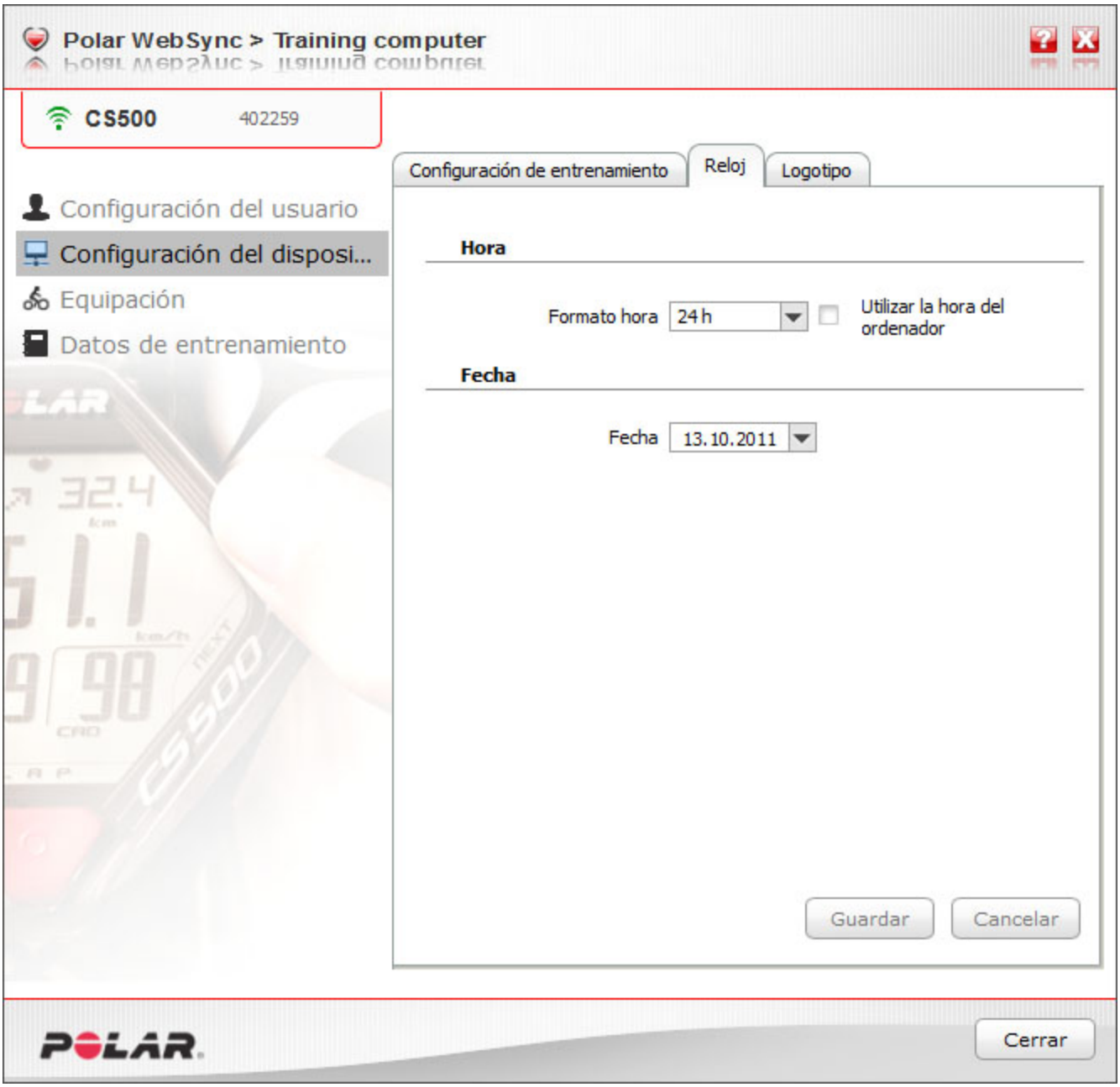
Para activar la función **Lap automático**, activa la casilla y añade la distancia de lap. Para desactivar esta función, desactiva la casilla.

Recordatorio

El **Recordatorio** de entrenamiento te recuerda cuándo debes beber, comer o realizar otras acciones importantes durante el entrenamiento. El recordatorio se basa en el consumo de energía (kcal), la distancia (km/mi) o el tiempo. El recordatorio activa la alarma cuando se alcanzan unas calorías, una distancia o un tiempo determinados en el entrenamiento. Cuando se activa la alarma de recordatorio, el contador del recordatorio se restablece. Esto significa que el recordatorio activa la alarma periódicamente (por ejemplo, si el recordatorio se configura para 300 kcal, la alarma se activa al consumir 300 kcal, 600 kcal, 900 kcal...).

Selecciona **Activado** para configurar el recordatorio. Introduce el texto de recordatorio (**Nombre**) (máx. 8 caracteres) que aparecerá en la pantalla del training computer cuando se active la alarma de recordatorio. Configura la frecuencia del recordatorio (**Cuando**). Selecciona **Desactivado** para desactivar el recordatorio. Para obtener más información acerca de los recordatorios, consulta el Manual del usuario de tu training computer.

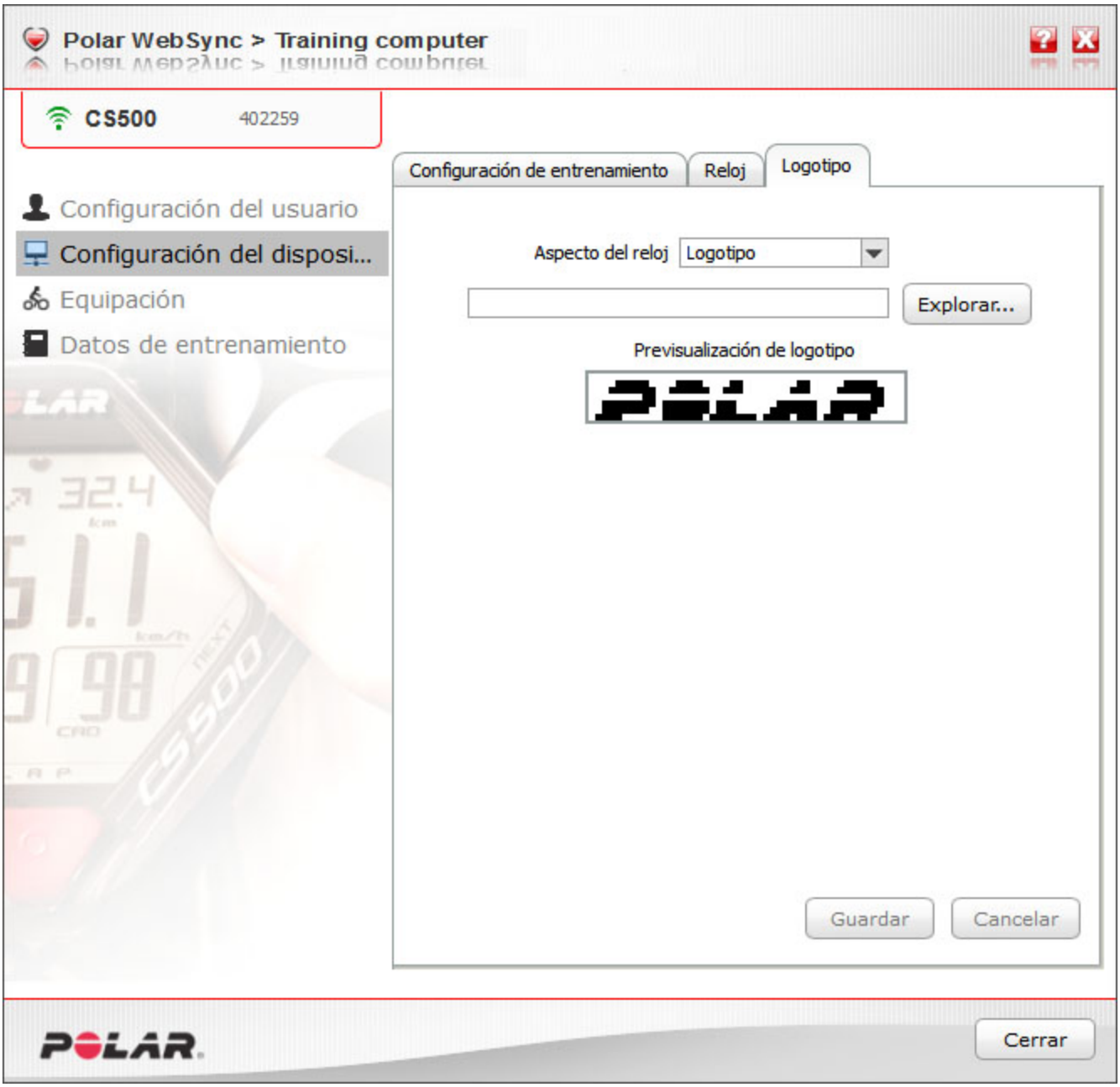
Reloj



Si seleccionas **Utilizar la hora del ordenador**, la hora de tu training computer se sincroniza con la hora de tu ordenador.

Ajusta la **Fecha**.

Logotipo



Selecciona el **Aspecto del reloj**: **Fecha** o **Logotipo**.

Para seleccionar un logotipo, busca el archivo de logotipos en tu ordenador. Los formatos de imagen admitidos son .jpg, .png, .gif y .bmp. Se recomienda utilizar una imagen en blanco y negro. La imagen seleccionada se redimensiona automáticamente a un tamaño adecuado, que es de 47x7 píxeles. Si la imagen tiene un tamaño o un formato incorrecto, aparece un mensaje **La imagen de logotipo contenida en el**

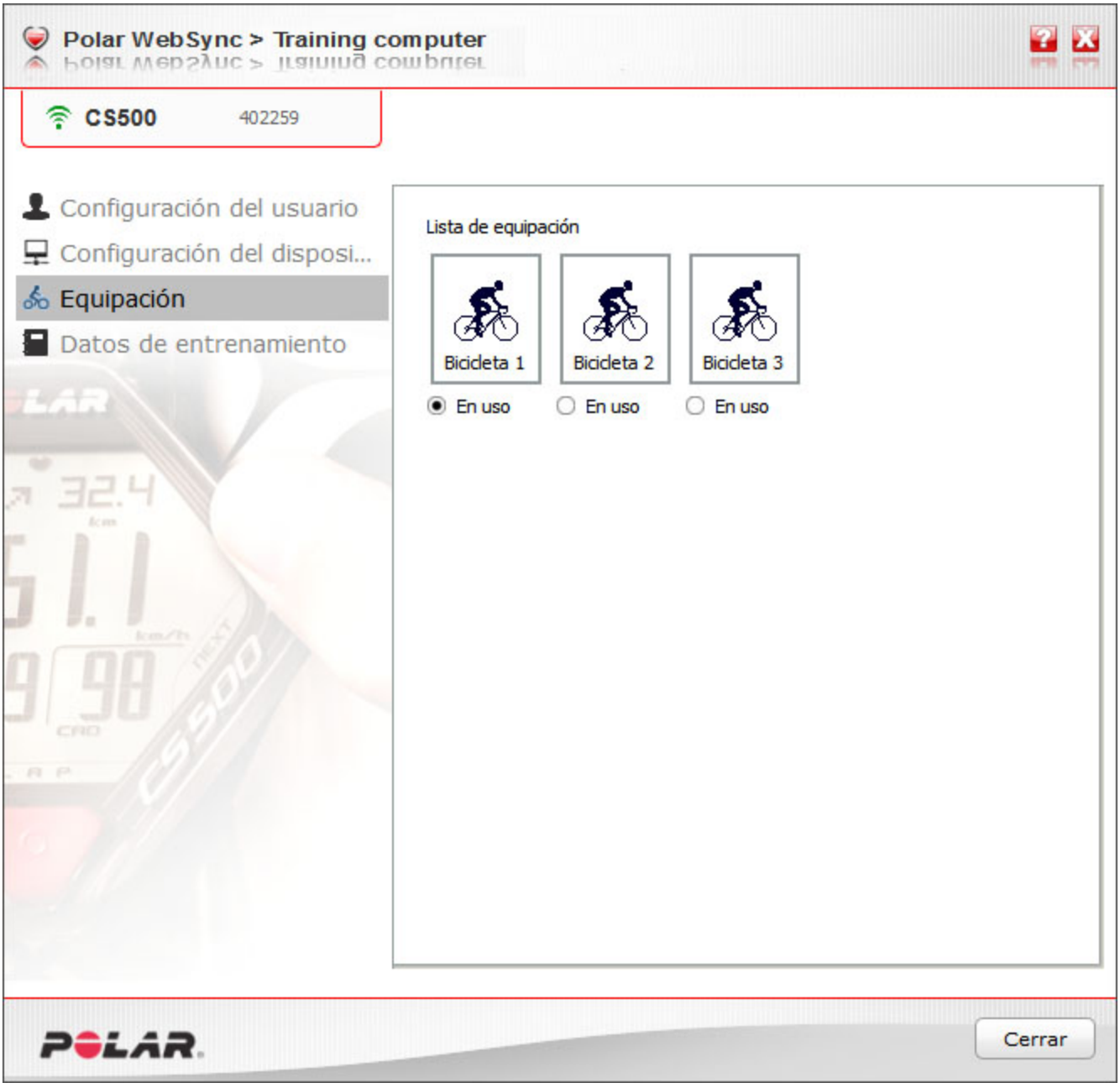
archivo especificado requiere un ajuste automático a su tamaño óptimo y la conversión al formato en blanco y negro. Selecciona **Continuar**.

Se requiere un ajuste de la imagen
La imagen de logotipo contenida en el archivo especificado requiere un ajuste automático a su tamaño óptimo y la conversión al formato en blanco y negro.
Continuar
Cancelar

Haz clic en **Guardar** para transferir la configuración a tu training computer.

Si WebSync ha perdido la conexión a tu training computer, selecciona **Connect** => **Start** (Conectar => Start) en tu training computer.

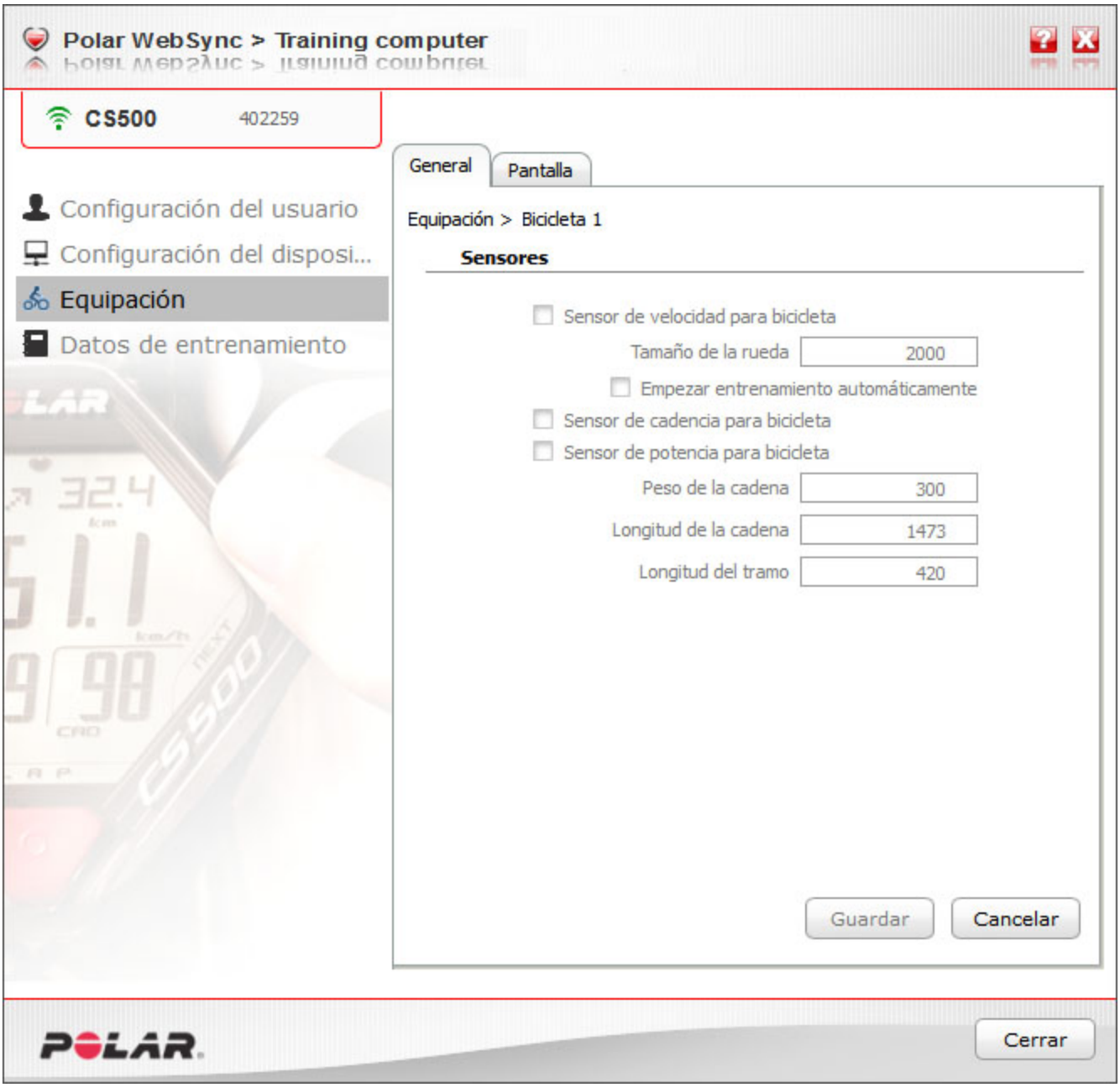
EQUIPACIÓN



Se enumeran las bicicletas definidas en tu CS500. Selecciona la bicicleta que desees usar.

Al hacer clic en el icono de bicicleta, puedes editar la configuración de la bicicleta.

General



Para activar/desactivar los sensores disponibles para la equipación, activa/desactiva la casilla situada junto al nombre del sensor. Si algún sensor no se ha vinculado con tu training computer, aparece en gris y no puedes activarlo ni desactivarlo. Para obtener más información acerca de cómo vincular sensores, consulta el Manual del usuario de tu training computer.

Si has vinculado un sensor de velocidad con tu training computer, puedes definir el **Tamaño de la rueda** de tu bicicleta y activar o desactivar la función **Empezar entrenamiento automáticamente** activando o desactivando la casilla.

El ajuste del tamaño de la rueda es imprescindible para una información correcta en el ciclismo.

La función **Empezar entrenamiento automáticamente** inicia y detiene automáticamente la grabación del entrenamiento al iniciar y finalizar la sesión de ciclismo. La función **Empezar entrenamiento automáticamente** requiere el ajuste del tamaño de la rueda, además del sensor de velocidad.

Si has vinculado un sensor de potencia con tu training computer, puedes definir los parámetros **Peso de la cadena**, **Longitud de la cadena** y **Longitud del tramo** de tu bicicleta.

El tamaño de la rueda, la longitud de la cadena y la longitud del tramo deben indicarse en milímetros; el peso de la cadena, en gramos.

Pantalla

Personaliza la pantalla de tu training computer para ver la información que consideres más importante durante una sesión de entrenamiento. Existen ocho diferentes vistas de entrenamiento que puedes personalizar.

Puedes eliminar una vista de entrenamiento haciendo clic en el botón de la esquina superior derecha de la vista de entrenamiento. La primera vista no puede eliminarse. Añade una vista de entrenamiento haciendo clic en el icono **Añadir pantalla**. El icono no está disponible si ya has creado las ocho vistas de entrenamiento.

Selecciona en el menú desplegable los elementos que desees ver.

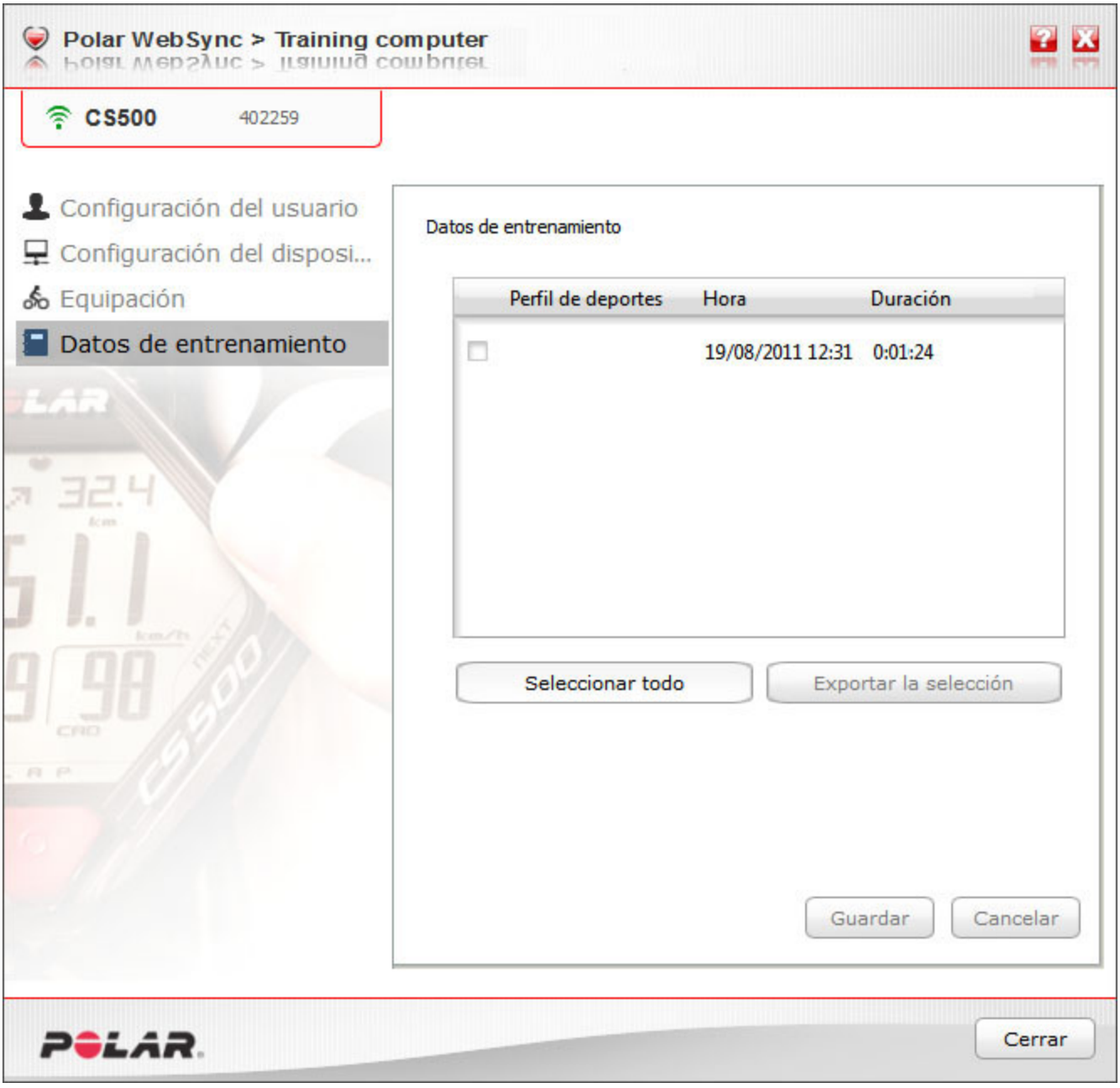
Si vinculas un nuevo sensor en tu training computer o activas/desactivas un sensor en tu training computer, las vistas de entrenamiento se restablecen.

Si seleccionas **Zone pointer** como uno de los elementos de una vista de entrenamiento, el valor de **Limits SET** (Límites establecidos) en tu training computer debe ser **OwnZone** (Zona propia) o **Manual**. Si **Limits SET** (Límites establecidos) tiene el valor **Off** (Desactivado), la vista de entrenamiento que contiene el elemento **Zone pointer** no estará visible en la pantalla de tu training computer durante el entrenamiento.

Haz clic en **Guardar** para transferir la configuración a tu training computer.

Si WebSync ha perdido la conexión a tu training computer, selecciona **Connect** => **Start** (Conectar => Start) en tu training computer.

DATOS DE ENTRENAMIENTO



Para exportar tus archivos de entrenamiento, selecciona los archivos de entrenamiento y haz clic en **Exportar la selección**. Selecciona una ubicación para los archivos. Los archivos pueden transferirse al software Polar ProTrainer 5. Visita www.polar.fi/support para obtener más información acerca de cómo importar los archivos a Polar ProTrainer 5.

RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS

WebSync no muestra mi training computer a pesar de que lo he activado.

=> Cierra WebSync haciendo clic con el botón derecho en el icono de WebSync de la barra de herramientas y seleccionando **Salir de WebSync**. Ve a Inicio > (Configuración) > Panel de control > Herramientas administrativas > Servicios. Comprueba que Polar Daemon se esté ejecutando y que tenga el estado Iniciado. Si el estado no está Iniciado, haz clic en Polar Daemon y, a continuación, en Iniciar el servicio. Si Polar Daemon ya se está ejecutando (Iniciado), haz clic en Reiniciar el servicio.

Error de sincronización. Se ha perdido la conexión con el training computer.

=> Comprueba que el training computer esté activado. Si has seleccionado **Recordar mi cuenta**, la sincronización se reinicia automáticamente cuando WebSync detecta tu training computer RCX3, RCX5 o CS500 o cuando coloques tu activity/training computer en el FlowLink. Si la sincronización no se reinicia automáticamente, haz clic en **Volver a sincronizar**.

Nombre de usuario o contraseña incorrectos.

=> Asegúrate de que tu nombre de usuario y contraseña sean correctos. Si has olvidado tu contraseña, haz clic en **¿Has olvidado tu contraseña? Hacer clic aquí**.

No hay conexión con el servidor; comprueba la configuración de red.

=> Haz clic en **Cancelar** para cerrar la ventana. Haz clic con el botón derecho en el icono de WebSync de la barra de herramientas y selecciona **Configuración**. Comprueba que la **Configuración de Red** sea correcta.
=> Comprueba si puedes acceder a polarpersonaltrainer.com. Si no puedes, quizás haya algún problema con tu conexión a Internet.

WebSync no ha podido iniciarse correctamente. Comprueba que se está ejecutando Polar Daemon y vuelve a ejecutar WebSync.

=> Haz clic en **Cancelar** para cerrar la ventana. Cierra WebSync haciendo clic con el botón derecho en el icono de WebSync de la barra de herramientas y seleccionando **Salir de WebSync**. Ve a Inicio > (Configuración) > Panel de control > Herramientas administrativas > Servicios. Comprueba que Polar Daemon se esté ejecutando y que tenga el estado Iniciado. Si el estado no está Iniciado, haz clic en Polar Daemon y, a continuación, en Iniciar el servicio. Si Polar Daemon ya se está ejecutando (Iniciado), haz clic en Reiniciar el servicio.

Error de sincronización. Reinicia WebSync y/o vuelve a conectar la unidad de transferencia de datos e intentalo de nuevo.

=> Haz clic en **Cancelar** para cerrar la ventana. Cierra WebSync haciendo clic con el botón derecho en el icono de WebSync de la barra de herramientas y seleccionando **Salir de WebSync**. Vuelve a conectar el DataLink/FlowLink. Reinicia WebSync e inicia la sincronización.

Ha habido problemas al leer los datos enviados. Intentalo de nuevo. Si el problema persiste, contacta con helpdesk@polar.fi.

=> Haz clic en **Cancelar** para cerrar la ventana. Cierra WebSync haciendo clic con el botón derecho en el icono de WebSync de la barra de herramientas y seleccionando **Salir de WebSync**. Ve a Inicio >

(Configuración) > Panel de control > Herramientas administrativas > Servicios. Comprueba que Polar Daemon se esté ejecutando y que tenga el estado Iniciado. Si el estado no está Iniciado, haz clic en Polar Daemon y, a continuación, en Iniciar el servicio. Si Polar Daemon ya se está ejecutando (Iniciado), haz clic en Reiniciar el servicio. Vuelve a conectar el DataLink/FlowLink. Reinicia WebSync e iniciar la sincronización. Si el problema persiste, ponte en contacto con helpdesk@polar.fi.

Error en la sincronización automática. Para intentarlo de nuevo, inicia la sincronización manualmente.

=> Haz clic en **Cancelar** para cerrar la ventana. Inicia la sincronización manual haciendo clic con el botón derecho en el icono de WebSync de la barra de herramientas y seleccionando **Sincronizar**.

Si WebSync no responde:
Cierra WebSync haciendo clic con el botón derecho en el icono de WebSync de la barra de herramientas y seleccionando **Salir de WebSync**. Comprueba que el proceso WebSync no se está ejecutando desde el Administrador de tareas. Vuelve a ejecutar WebSync. Si el problema sigue sin solucionarse, reinicia el ordenador. Si WebSync sigue sin responder, elimina Polar WebSync y Polar Daemon del ordenador y vuelve a instalar WebSync.

Encontrarás más información en www.polar.fi/support. En caso de que sigas teniendo problemas, o si necesitas más ayuda, contacta con el departamento de soporte técnico de Polar (helpdesk@polar.fi).

REQUISITOS DEL SISTEMA

SOFTWARE POLAR WEBSYNC Y POLAR DATALINK O POLAR FLOWLINK

PC MS Windows (XP/Vista/7), 64/32 bit.

Sistema Macintosh con procesador Intel, sistema operativo Mac OS X 10.5 (Leopard) o posterior.

SOFTWARE POLAR WEBSYNC Y CABLE USB

Sistema operativo: Microsoft Windows XP/Vista/7 o Mac OS X 10.5 (Intel) o posterior

Conexión a Internet

Un puerto USB libre para el cable USB

LIMITACIÓN DE RESPONSABILIDADES

El material de este manual tiene carácter meramente informativo. Los productos descritos están sujetos a modificaciones sin previo aviso, debidas al programa de desarrollo continuo del fabricante.

Polar Electro Inc./Polar Electro Oy no concede representaciones ni garantías con respecto a este manual o a los productos que en él se describen.

Polar Electo Inc./Polar Electro Oy no asume responsabilidad alguna por los daños, pérdidas, costes o gastos directos, indirectos, fortuitos, consecuentes o especiales, originados por o relacionados con la utilización de este material o de los productos en él descritos.

© 2012 Polar Electro Oy, FIN-90440 KEMPELE, Finlandia.

Polar Electro Oy es una compañía con certificación ISO 9001:2008. Todos los derechos reservados. Queda prohibida la reproducción de este manual en forma alguna o por cualquier medio sin la autorización previa y por escrito de Polar Electro Oy. Los nombres y logotipos marcados con el símbolo ™ en este manual del usuario son marcas comerciales de Polar Electro Oy. Los nombres y logotipos marcados con el símbolo ® en este manual son marcas comerciales registradas de Polar Electro Oy, excepto Windows, que es una marca comercial de Microsoft Corporation.